RIFLESSIONI SULL'IO

È la verità che libera, non i vostri sforzi per essere liberi.

Introduzione

È possibile vivere senza appoggiarsi psicologicamente a un'autorità, sia essa esterna oppure l'autorità delle proprie passate esperienze? Per Jiddu Krishnamurti questa, adeguatamente precisata, è la domanda chiave. La sua risposta è che è possibile e che solo in questo modo possiamo collegarci pienamente a ciò che è reale. Krishnamurti non è stato un filosofo in senso classico. Non era interessato a elaborare teorie o a discutere la sua visione. Ciò nonostante, ciò di cui si occupava è coerente con la filosofia. Come Socrate, che riteneva che il suo esempio e le sue domande invogliassero gli ascoltatori a esaminare criticamente i presupposti su cui poggiavano le loro convinzioni, anche Krishnamurti, attraverso l'esempio e la ricerca, incoraggia i suoi ascoltatori a esaminare criticamente le supposizioni da cui dipende la loro stessa esperienza di se stessi e del mondo. In altre parole, laddove Socrate stimolava quello che oggi chiameremmo 'pensiero critico' (o semplicemente 'filosofia'), Krishnamurti stimola quello che potremmo chiamare 'sguardo critico' (e che chiama a volte 'consapevolezza priva di scelta'). Quello che Socrate chiedeva agli ateniesi oggi è normale, almeno tra i filosofi e gli studenti di filosofia. Abbiamo imparato la lezione che voleva insegnarci. Ma al suo uditorio originario, gli ateniesi, quello che Socrate invitava a fare poteva sembrare strano e addirittura inutile. Quale bene poteva mai venire, molti di loro si saranno domandati, dall'annullare le conoscenze tradizionali? Perché, si saranno chiesti, dovremmo ricominciare daccapo dopo avere appreso così tanto? Ma la distorsione prodotta dal

peso di ciò che avete accumulato, cercava di far capire Socrate, è appunto il problema. Al tempo in cui Socrate esponeva il suo pensiero critico, gli ateniesi non avevano validi motivi per ritenere che avrebbe dato frutti. Invece li diede, e la scienza è uno di questi frutti; così come il moderno atteggiamento di sottoporre a critica l'autorità delle idee ricevute in eredità. Ma abbiamo imparato tutto ciò che occorreva riguardo alla critica dell'autorità? Ci siamo spinti abbastanza in là? Oppure la nostra ricerca è ancora fortemente limitata? I filosofi e gli studenti di filosofia contemporanei tendono a pensare che abbiamo portato il processo di indagine al suo massimo sviluppo. Secondo alcuni, ci siamo spinti anche troppo oltre. Fino a oggi abbiamo esaminato soprattutto le idee esplicite; ma, oltre a ciò, non potrebbero esserci ancora molte cose che diamo per scontate? E, se è così, non potrebbe essere anche questo un ostacolo da superare? Krishnamurti riteneva che non abbiamo spinto abbastanza in là la nostra indagine. Riteneva che la nostra ricerca è seriamente limitata e che questo è appunto il principale ostacolo da superare. Aveva ragione? Krishnamurti non è stato il primo a proporre lo sguardo critico. Altri l'hanno preceduto, ad esempio il Buddha. Ma l'approccio di Krishnamurti è diverso e forse più adatto alla mentalità scettica dei filosofi e degli studenti di filosofia. Da un lato, Krishnamurti era antiautoritario a un punto a cui pochi pensatori assursero. Non assegnava nessun valore a credenze o teorie. Scoraggiava l'autoesame all'interno di un ambito precostituito o come parte di una disciplina spirituale. Insegnava che, per esaminare se stessi, non bisogna poggiare neppure su ciò che si è imparato nelle precedenti indagini. La libertà necessaria per vedere ciò che è vero, asseriva, è libertà dal conosciuto. E, poiché parlava un linguaggio moderno, era più facile comprendere ciò che diceva. Krishnamurti aveva scarsa considerazione per la filosofia accademica. A volte la licenziava come una pura

perdita di tempo o, peggio, come un generatore di teorie che si trasformano in ostacoli al tentativo dell'individuo di conoscere se stesso. Ciò nonostante, come gli scritti raccolti in questo volume dimostrano a chi accetti l'invito a esaminare le proprie esperienze e il proprio comportamento, gran parte di ciò che Krishnamurti diceva è molto importante per la filosofia. Il suo valore non risiede nel fatto che Krishnamurti avanzasse teorie o critiche alle teorie esistenti. La sua attenzione si rivolge agli insight e la sua abilità di insegnante sta nel facilitarli. Molti degli insight che aiuta il lettore a raggiungere hanno una rilevanza centrale per la filosofia contemporanea, soprattutto per le teorie sulla soggettività e sul valore dell'uomo. Se infatti gli insight che facilita riguardano la condizione umana, come potrebbe essere altrimenti? Più che un teorico, Krishnamurti fu un veggente e un maestro. Tra le cose che riteneva di avere visto vi sono alcune strutture psicologiche intrinsecamente deformanti che creano una divisione nella comune coscienza tra 'osservatore' e 'osservato'. Questa divisione, riteneva, è una terribile fonte di conflitto, tanto per l'individuo, al suo interno, quanto, attraverso l'individuo, per la società nel suo insieme. Krishnamurti suggeriva una via per rimuovere queste strutture dannose o, per essere più precisi, per facilitare la loro rimozione. Questo è il tema degli scritti raccolti nel presente volume: una radicale trasformazione della coscienza umana. Krishnamurti parlò molto più di quanto scrisse. I suoi discorsi, da cui è tratta la maggior parte dei seguenti brani, non erano conferenze, ma piuttosto tentativi di impegnare il pubblico in un dialogo in cui pubblico e Krishnamurti sono totalmente concentrati su uno stesso aspetto dell'esperienza o del comportamento. I suoi discorsi erano di fatto meditazioni guidate. In altre parole, erano tentativi di Krishnamurti di compiere un processo esperienziale assieme al pubblico, assieme a voi, processo il cui risultato è che qualcosa nella comprensione

della vostra esperienza e dei suoi effetti sul vostro comportamento diventa più chiaro. Per questo i suoi discorsi, trasposti in questo volume e messi in forma di scritti, pongono al lettore domande insolite, soprattutto se il lettore è un filosofo abituato a poggiare su enunciati teorici nella lettura di un testo che appare offrire proposizioni filosofiche. Nel pensiero di Krishnamurti, invece di enunciati teorici troviamo l'apertura a insight fondamentali, ad esempio sulla natura dell'identificazione e sul suo ruolo nella formazione dell'io. Per avere tali insight, suggerisce Krishnamurti, bisogna guardare in modo nuovo. Krishnamurti è una voce molto particolare. Nemico irriducibile dell'autorità, anche dell'autorità delle esperienze pregresse, il suo interesse va all'esame diretto dell'esperienza in corso. Rifiutandosi di aderire a testi o teorie, incoraggiava a esaminarsi in prima persona, soprattutto nei rapporti con gli altri, con le cose e con le azioni, suggerendo il minimo indispensabile di ciò che riteneva che gli ascoltatori avrebbero visto, per metterli sulla strada. È come se, a causa dell'abitudine di considerarci secondo modalità abituali, fossimo imprigionati in teorie anche a livello esperienziale. Krishnamurti era, è, estremamente abile nell'aiutare le persone a svincolarsi, ovvero ad avere insight che infrangono gli stampi di modelli di pensiero profondamente radicati. In altre parole, non gli interessava che le sue considerazioni fossero valide in teoria, benché spesso lo siano, ma che fossero significative per la vita. Il suo intento era quello di impegnarsi assieme a persone appassionatamente interessate a comprendere se stesse e il mondo. Il punto cruciale di questo impegno era fare chiarezza su ciò che significa essere se stessi e vivere in questo mondo. A mio parere, Krishnamurti vi è riuscito come pochissimi altri. Filosofi e studenti di filosofia sono sicuramente tra le persone appassionatamente interessate a comprendere se stesse e il mondo. Molti di noi hanno dedicato gran parte della vita a questo progetto, ma

potremmo rimanere sorpresi dallo scoprire quanto poco tempo ed energia abbiamo dedicato all'indagine che Krishnamurti intende facilitare. Il motivo è che l'approccio di Krishnamurti ai temi fondamentali dell'eterna indagine filosofica era più meditativo che razionalmente discorsivo. Quindi, la domanda che filosofi e studenti di filosofia devono porsi circa la serietà con cui va preso questo libro, è se sono disposti a tentare un approccio che in senso lato è filosofico, ma così diverso da ciò che sono abituati a fare leggendo o facendo filosofia che inizialmente può essere difficile coglierne il valore. I veri filosofi sono sempre aperti a nuovi approcci. In realtà, se un approccio è promettente, più è radicale e meglio è. Questo volume è dedicato a queste persone.

Krishnamurti ha avuto in tutti i sensi una vita eccezionale. Nacque l'11 maggio 1895 a Madanapalle, una piccola cittadina sulle colline a nord-ovest di Madras, ottavo di undici figli di cui solo sei raggiunsero l'età adulta. Il padre, laureato all'università di Madras, era impiegato presso l'Agenzia delle entrate britannica. La madre si occupava della tradizionale famiglia braminica. A sei anni, Krishnamurti ricevette l'iniziazione braminica e iniziò gli studi formali. Non fu un bravo studente. La madre morì quando aveva dieci anni. Quattro anni dopo, nel 1909, il padre, ora pensionato dell'amministrazione britannica, trovò un lavoro presso la sede della Società Teosofica ad Adyar, un sobborgo di Madras. In cambio della sua attività, padre e figli, tra cui Krishnamurti e il fratello minore Nityananda (Nitya), ricevettero alloggio in un cottage nel magnifico parco di duecentosessanta acri della Società. A quel tempo, tutti i figli avevano problemi di salute. La Società Teosofica era stata fondata trentaquattro anni prima a New York da Madame Blavatsky e dal colonnello Olcott. La Blavatsky affermava di avere vissuto in Tibet, dove avrebbe ricevuto una conoscenza occulta dai 'Maestri'. Si supponeva che i Maestri fossero esseri umani

giunti a perfezione che periodicamente si manifestano sulla terra per fondare una nuova religione e, mediante i loro pensieri e le loro energie, guidare il corso dell'evoluzione umana. Nel 1882, la Blavatsky e Olcott avevano acquistato la proprietà di Adyar per farne la sede della Società. Sette anni più tardi, Annie Besant vi entrò a far parte e l'anno successivo conobbe Charles Leadbeater, un ex sacerdote della Chiesa d'Inghilterra unitosi alla Società Teosofica nel 1883. Leadbeater era un sensitivo molto dotato. Tra le sue svariate facoltà, si supponeva che vedesse l'aura e facesse viaggi astrali. Nel 1907, dopo la morte della Blavatsky e di Olcott, e due anni prima dell'arrivo di Krishnamurti ad Adyar, Annie Besant divenne presidente della Società Teosofica. Un insegnamento centrale della teosofia è che gli esseri umani stanno lentamente evolvendo verso la fratellanza universale lungo un cammino che attraversa la successiva comparsa di sette razze-radice. All'origine di ognuna di queste razze, un maestro del mondo si incarna per trasmettere un messaggio spirituale. Il prossimo maestro avrebbe dovuto essere Maitreya, designato per questo ruolo da Gautama il Buddha. La missione dei teosofi era anche quella di trovare, allevare ed educare il bambino destinato a diventare Maitreya. All'inizio dell'estate del 1909, passeggiando nel parco Leadbeater incontrò Krishnamurti, che aveva allora quattordici anni. Impressionato, a quanto si dice, dall'aura di Krishnamurti, Leadbeater ebbe la certezza che il ragazzo fosse destinato a diventare un grande maestro spirituale. Alla fine, i teosofi decisero con loro grande compiacimento che Krishnamurti sarebbe stato il veicolo fisico di Maitreya. Krishnamurti e suo fratello Nitya vennero condotti nella sede della Società, ripuliti dai pidocchi, strigliati e curati nel corpo (i denti di Krishnamurti erano tutti storti). Krishnamurti e Nitya ricevettero lezioni private e alla fine la Besant ne ottenne la tutela legale. Nel 1911 venne creato l'Ordine della Stella d'Oriente, allo scopo di annunciare la venuta del nuovo

maestro del mondo: Krishnamurti. Nei dieci anni successivi, Krishnamurti e Nitya vennero inviati a studiare in Europa. In Inghilterra, Krishnamurti divenne intimo di Lady Emily Lutyens, che considerava una madre adottiva, attraverso la quale venne introdotto nell'ambiente dell'aristocrazia inglese. Frequentava la palestra Sandow's, andava al cinema, a teatro e al balletto, visitava le gallerie d'arte e viaggiava molto. In quel periodo imparò a giocare a golf, e a smontare e rimontare un motore d'automobile. Faceva ampie letture, tra cui Stephen Leacock, P.G. Wodehouse, Turgenev, Dostoevskij, Nietzsche, Bergson, Shelley e Keats. Nel 1921 andò a Parigi e si iscrisse alla Sorbona, dove studiò sanscrito. Nel 1922, Krishnamurti e Nitya si trasferirono a Ojai, in California, nella speranza che il clima secco avrebbe aiutato Nitya nella sua battaglia contro la tubercolosi. Nell'estate dello stesso anno, poco dopo avere iniziato la seduta quotidiana di meditazione, Krishnamurti fece un'esperienza che avrebbe trasformato la sua vita e che descrisse, in parte, con queste parole: “C'era un uomo che riparava la strada; quell'uomo era me stesso; il piccone che teneva in mano era me; la pietra che spaccava era una parte di me; il delicato filo d'erba era il mio stesso essere e l'albero accanto all'uomo era me stesso”. II giorno seguente, seduto accanto a un albero del pepe, fece un'altra esperienza, di cui scrisse: “Ero supremamente felice, perché avevo visto. Niente sarebbe mai potuto essere più lo stesso... Avevo toccato la compassione che guarisce ogni dolore e sofferenza; non per me, ma per il mondo. Ero stato sulla cima della montagna e avevo visto i poderosi Esseri. Non potrò mai più trovarmi nell'oscurità; ho visto la Luce fulgida e risanante. La fonte della verità mi è stata rivelata e l'oscurità si è dissolta. L'amore in tutto il suo splendore ha inebriato il mio cuore; il mio cuore non potrà mai più essere chiuso. Ho bevuto alla fontana della Gioia e della Bellezza eterna”. Krishnamurti si definì "ebbro di Dio". Nel novembre del 1925, Nitya morì e Krishnamurti provò il

dolore più profondo della sua vita. Negli anni successivi, Krishnamurti prese le distanze dalla Società Teosofica e sviluppò alcuni dei temi peculiari al suo successivo insegnamento. La rottura definitiva con la Società Teosofica avvenne nell'agosto del 1929, quando alla presenza di tremila membri della Società sciolse l'Ordine della Stella e nella stessa occasione annunciò la propria missione: “Io sostengo che la verità è una terra senza sentieri, e che non potete accedere ad essa attraverso nessun sentiero, nessuna religione, nessuna setta. Questa è la mia opinione, assoluta e incondizionata. Non si può organizzare la verità, che è illimitata, incondizionata, inaccessibile attraverso un sentiero; e non si dovrebbe fondare alcuna organizzazione che guidi o costringa le persone all'interno di un sentiero particolare... È probabile che voi formiate altri ordini, continuiate ad appartenere ad altre organizzazioni in cerca della verità... Se un'organizzazione è creata per questo scopo, diventa una stampella, un fattore d'invalidità, una catena, e necessariamente azzoppa l'individuo e gli impedisce di crescere, di dare forma alla sua unicità, che risiede nella scoperta personale dell'assoluta e incondizionata verità... Dal momento che sono libero, incondizionato, intero, non la parte, il relativo, ma la verità intera, che è eterna, desidero che coloro che cercano di comprendermi siano liberi, non che mi seguano, che mi trasformino in una gabbia che diventerà una religione, una setta... Poiché capita che ne sia il capo, ho deciso di sciogliere l'Ordine. Voi potete creare altre organizzazioni e aspettare qualcun altro. Questo non è affar mio, come non è affar mio creare nuove gabbie e nuove decorazioni per quelle gabbie. La mia unica preoccupazione è rendere gli uomini assolutamente, incondizionatamente liberi”. L'anno seguente, il 1930, Krishnamurti si dissociò ufficialmente dalla Società Teosofica. Nel 1931 ritornò a Ojai per riposare, meditare e riflettere. In questo periodo scrisse a Lady Emily della difficoltà di esprimere a parole ciò che

aveva da dire. Ma, quando ricominciò a scrivere e a parlare, lo fece con grande coerenza. Dal 1933 al 1939, Krishnamurti viaggiò moltissimo, parlando davanti ad ampi uditori. Negli anni della guerra, impossibilitato a muoversi, condusse una vita relativamente ritirata a Ojai, continuando però a incontrare numerosi visitatori. Strinse amicizia con Aldous Huxley, che lo incoraggiò a scrivere. Alla fine della guerra, riprese a viaggiare e a parlare in pubblico. Negli ultimi quarant'anni di vita tenne in media un centinaio di discorsi all'anno, spesso a un pubblico di varie migliaia di persone. Teneva anche incontri individuali e con piccoli gruppi di persone che andavano a trovarlo. Una volta accadde un fatto divertente. Era andato a fare un picnic in California assieme a Bertrand Russell, Charlie Chaplin, Greta Garbo, Aldous Huxley e Christopher Isherwood, ma lo sceriffo locale li fece allontanare dal luogo scelto per il picnic, non credendo che fossero quelli che dicevano di essere. Nel 1953, Krishnamurti scrisse Education and the Significance of Life, seguito nel 1954 da La prima ed ultima libertà, con una prefazione di Aldous Huxley. In seguito uscirono i tre volumi intitolati Commentaries on Living. Scrisse inoltre Taccuino, un diario che iniziava soprattutto dal 1961; seguito dal Diario, comprendente scritti che andavano dal 1973 al 1975; due volumi di lettere alle scuole create in suo nome; e A se stesso, l'ultimo diario (registrato su nastro) del 1983. I rimanenti libri di Krishnamurti (attualmente un centinaio, ma il numero è in continua crescita) sono trascrizioni dei discorsi e dei dialoghi tenuti in varie parti del mondo. Krishnamurti morì il 17 febbraio 1986 a Ojai, all'età di novant'anni, per un cancro al pancreas.

1 - Indagine

Dialogo

Una conferenza consiste in genere nell'esposizione o nella spiegazione di un determinato argomento perché possiate apprenderlo, impararlo. Questa non è una conferenza. Qui avremo una conversazione assieme come due amici, forse cammineremo lungo un viottolo tranquillo, pieno di alberi e della bellezza dei fiori, il canto di tanti uccelli, sedendo su una panchina poco frequentata, da soli, e dialogheremo perché siamo interessati, voi e chi vi parla, alla nostra vita quotidiana; non a qualcosa al di là, di immaginario, fantasioso. Perché se non rendiamo la nostra vita chiara, non agitata, non caotica, qualunque cosa facciamo non avrà senso. Perciò, dobbiamo iniziare molto da vicino per andare lontano. 'Vicino' è ciò che siamo. Vi prego, se posso chiedervelo: è vostra responsabilità pensare assieme e non accettare, perché occorre avere un alto grado di scetticismo, di scetticismo che non è ostacolato dalla paura, un dubbio che consente di iniziare a indagare non solo ciò che dice chi vi parla, ma anche ciò che voi pensate, ciò in cui credete, la vostra fede, le vostre conclusioni, la vostra religione. Occorre avere un'immensa capacità di interrogare, di dubbio, di indagine attraverso l'esplorazione profonda, senza accettare, perché in tutto il mondo la religione ha svolto un ruolo straordinario nel restringere la mente, nel limitare l'indagine. Assieme esamineremo molte cose che ci presenta la nostra vita quotidiana. Non parleremo di filosofia, di alcun dogma, né incoraggeremo una qualunque fede, ma con una mente che interroga, dubita e domanda scopriremo da soli ciò che è vero, ciò che è illusorio, ciò che è fantasioso e ciò che è falso.

Vi sono almeno due cose che dobbiamo tenere per certe. In primo luogo, dobbiamo capire che cosa intendiamo con comunicazione, che cosa significa questa parola per ognuno di noi, che cosa vi è implicato, qual è la sua struttura, la sua natura. Se due di noi, voi e io, dobbiamo comunicare reciprocamente, deve esserci non solo una comprensione

verbale di quello che viene detto, a livello intellettuale; ma anche, implicitamente, un ascoltare e un imparare. Queste due cose sono essenziali per comunicare a vicenda: ascoltare e imparare. In secondo luogo, ognuno di noi ha ovviamente un background di conoscenze, pregiudizi ed esperienze, oltre alla sofferenza e agli innumerevoli e complessi problemi insiti nella relazione. Questo è il background della maggior parte di noi e con questo background cerchiamo di ascoltare. In fondo, ognuno di noi è il risultato della nostra vita culturalmente complessa; siamo il risultato dell'intera cultura dell'uomo, con l'educazione e le esperienze non solo di pochi anni, ma di secoli. Non so se avete mai esaminato il vostro modo di ascoltare, non importa che cosa (un uccello, il vento tra le foglie, lo scorrere dell'acqua) o il modo in cui ascoltate il dialogo con voi stessi, la vostra conversazione nelle varie relazioni, con gli amici più intimi, vostra moglie o vostro marito. Se cerchiamo di ascoltare scopriamo che è straordinariamente difficile, perché stiamo sempre proiettando le nostre opinioni, idee, pregiudizi, il nostro background, le nostre inclinazioni, i nostri impulsi; quando predominano, non ascoltiamo quasi quello che viene detto. In questo stato non c'è nessun valore. Ascoltiamo, e quindi impariamo, solo in uno stato di attenzione, uno stato di silenzio in cui tutto questo background è sospeso, silenzioso. Allora, a mio parere, è possibile comunicare. Molte altre cose sono coinvolte. Se ascoltate attraverso il background o l'immagine che potreste avere creato riguardo a chi vi parla, o se ascoltate qualcuno come se avesse una certa autorità, che chi vi parla può avere o non avere, è ovvio che non state ascoltando. State ascoltando la proiezione che voi stessi avete creato e che vi impedisce di ascoltare. Anche in questo caso la comunicazione è impossibile. Ovviamente la vera comunicazione, o comunione, può avvenire soltanto quando c'è silenzio. Quando due persone sono seriamente intenzionate a

comprendere qualcosa, mettendo tutta la mente e il cuore, i nervi, gli occhi e le orecchie nella comprensione, in questa attenzione c'è una certa qualità di silenzio; allora avviene l'effettiva comunicazione, l'effettiva comunione. In ciò non c'è solo apprendere, ma totale comprensione, e questa comprensione non è qualcosa di diverso dall'azione immediata. Vale a dire che, se ascoltiamo senza nessuna intenzione, senza nessuna barriera, mettendo da parte tutte le opinioni, le conclusioni e le esperienze, in questo stato non soltanto comprendiamo se ciò che viene detto è vero o falso; ma se è vero c'è azione immediata, se è falso non c'è nessuna azione.

Ciò di cui discuteremo è: come fare a riconoscere le varie attività dell'io e le sue forme sottili, dietro le quali si rifugia la mente? Vediamo che l'io, la sua attività e le sue azioni, si fondano su un'idea. L'azione fondata su un'idea è una forma dell'io, perché l'io dà continuità a quell'azione, dà uno scopo a quell'azione. Quindi, l'idea in azione diventa il mezzo per perpetuare l'io. Se l'idea è assente, l'azione ha un significato completamente diverso, perché non nasce dall'io. La ricerca di potere, di posizione, autorità, ambizione e tutto il resto sono le forme dell'io in tutte le sue differenti modalità. Ma ciò che è importante è comprendere l'io, e sono certo che voi e io ne siamo convinti. Se posso aggiungerlo, dobbiamo essere sinceri a questo riguardo, perché sento che se voi e io, in quanto individui, non come gruppo di persone che appartengono a una certa classe, a una certa società, a una certa fascia climatica, riusciamo a capirlo e ad agire di conseguenza, penso che avverrà una vera rivoluzione. Nel momento in cui essa diventa universale e meglio organizzata, l'io vi prende rifugio; se invece voi e io, in quanto individui, sappiamo amare, sappiamo portarla realmente nella vita quotidiana, allora avverrà questa rivoluzione così necessaria, non perché l'avete organizzata attraverso l'unione di vari gruppi, ma perché c'è una rivoluzione sempre in atto individualmente.

Autorità

Sento intensamente che ognuno di noi, essendo responsabile del caos, del dolore e della sofferenza del mondo, in quanto essere umano deve indurre una rivoluzione radicale in se stesso. Poiché ognuno è in se stesso sia la società sia l'individuo, è sia la violenza sia la pace, è questa strana mescolanza di piacere, odio, paura, aggressività, dominio e dolcezza. A volte, una cosa prevale sull'altra e in tutti noi c'è questa grossa dose di squilibrio. Siamo responsabili non solo del mondo ma anche di noi stessi, di ciò che facciamo, di ciò che pensiamo, di come agiamo, di come sentiamo. Cercare soltanto la verità o il piacere senza comprendere questa strana mescolanza, questa strana contraddizione di violenza e dolcezza, di affetto e brutalità, gelosia, avidità, invidia e ansia, ha davvero scarso significato. A meno che non vi sia una trasformazione radicale nelle nostre stesse fondamenta, cercare semplicemente un grande piacere o cercare la verità ha scarso significato. L'uomo ha evidentemente cercato questa cosa che chiamiamo verità in tutte le epoche storiche e ancora prima, una alterità che chiamiamo Dio, che chiamiamo stato senza tempo, qualcosa che non è misurabile, non è definibile. L'uomo l'ha sempre cercata perché la sua vita è davvero buia. C'è perennemente morte, vecchiaia, c'è così tanto dolore, contraddizione, conflitto, un senso di profonda noia, una mancanza di senso della vita. Ne siamo imprigionati e per sfuggirvi, o perché abbiamo trascurato di comprendere questa complessa esistenza, vogliamo trovare qualcosa di più, qualcosa che non verrà distrutto dal tempo, dal pensiero, da qualunque corruzione umana. L'uomo l'ha sempre cercato e, non trovandolo, ha coltivato la fede: fede in un dio, in un salvatore, fede in un'idea. Non so se avete notato che la fede genera invariabilmente violenza. Prendetelo in considerazione. Quando ho fede in un'idea, in un concetto, voglio

proteggere quell'idea, quel concetto, quel simbolo; quel simbolo, quell'idea, quell'ideologia è una proiezione di me stesso, vi sono identificato e voglio difenderla a qualunque costo. E, quando difendo qualcosa, devo essere violento. Ma, se osserviamo, vediamo che la fede ha sempre meno posto; nessuno crede più a niente, grazie a Dio. Si diventa cinici o amari, oppure si inventa una filosofia intellettualmente soddisfacente, ma il problema centrale non è risolto. Il problema centrale è: come fare per portare un mutamento radicale in questo complesso e infelice mondo di confusione, non solo all'esterno ma anche all'interno, un mondo di contraddizioni, di grande ansia. Poi, avvenuto un mutamento, se vogliamo, possiamo andare ancora oltre. Ma, senza questo cambiamento radicale, fondamentale, qualunque sforzo per andare al di là di tutto ciò non ha senso. La ricerca della verità e la domanda se esista o meno un dio, se esista una dimensione senza tempo, potrà ricevere risposta non da un altro, non da un prete, non da un salvatore, ma da nessun altro che voi stessi, e potrete rispondere da voi a questa domanda solo se c'è questo mutamento che può e deve avvenire in ogni essere umano. Questo è il nostro interesse e la nostra preoccupazione in tutti questi discorsi. Ci interessa non solo portare un cambiamento oggettivo nel sofferente mondo esterno, ma anche in noi stessi. La maggior parte di noi è così squilibrata, così violenta, avida, e ci sentiamo feriti con tale facilità quando qualcosa va male, che a mio parere il problema fondamentale è: che cosa può fare un essere umano come voi e come me che vive in questo mondo? Se vi ponete questa domanda con serietà, mi chiedo che cosa risponderete. Si può fare davvero qualcosa? Stiamo ponendo una domanda molto seria. Voi e io, in quanto esseri umani, che cosa possiamo fare per cambiare non solo il mondo ma noi stessi? Che cosa possiamo fare? Qualcuno ce lo dirà? Altri ce l'hanno già detto; i preti, che si presume conoscano queste cose meglio di noi laici, ce l'hanno detto,

ma non ci ha portato molto in là. Tra di noi ci sono degli esseri umani molto sofisticati, ma neppure questi ci hanno portato molto in là. Non possiamo dipendere da nessuno; non c'è guida, non c'è maestro, non c'è autorità; ci siamo solo noi stessi e il nostro rapporto con gli altri e con il mondo; non c'è nient'altro. Quando lo comprendiamo, quando lo affrontiamo, o cadiamo in una profonda disperazione da cui nascono cinismo, amarezza e tutto il resto, oppure affrontandolo comprendiamo di essere noi, e nessun altro, totalmente responsabili nei confronti di noi stessi e del mondo; quando lo affrontiamo, l'autocommiserazione scompare. Molti prosperano sull'autocommiserazione, accusando gli altri, ma questo atteggiamento non porta chiarezza. Ciò che voi e io possiamo fare per vivere in questo mondo in modo sano, intelligente, logico e razionale, dotati anche di un grande equilibrio interiore, per vivere senza alcun conflitto, senza odio, senza violenza, è a mio parere una domanda a cui ognuno di noi deve rispondere da solo.

Molti di noi ascoltano sperando di sentirsi dire che cosa fare, per uniformarsi a un nuovo modello o semplicemente per raccogliere ulteriori informazioni. Se siamo qui con uno qualunque di questi atteggiamenti, il processo dell'ascoltare avrà scarso valore rispetto a ciò che cerchiamo di fare con questi discorsi. Temo che la maggior parte di noi sia interessata solo a questo: vogliamo sentirci dire che cosa fare, ascoltiamo perché vogliamo che ci insegnino qualcosa; e una mente che vuole sentirsi dire che cosa fare è ovviamente incapace di imparare. Penso che ci sia un processo di apprendimento che non è legato al desiderio che ci venga insegnato qualcosa. Essendo confusi, molti di noi vogliono trovare qualcosa che li aiuti a non essere confusi, e quindi impariamo o acquisiamo semplicemente conoscenze al fine di uniformarci a un particolare modello; e a me pare che tutte queste forme di apprendimento debbano invariabilmente condurre non solo

a ulteriore confusione, ma anche al deterioramento della mente. Penso che vi sia un modo diverso di imparare, un apprendimento che è un esame di se stessi e in cui non c'è né insegnante né insegnamento, né discepolo né guru. Quando iniziate a indagare il funzionamento della vostra mente, quando osservate il vostro pensiero, le vostre attività e sensazioni quotidiane, non state ricevendo un insegnamento perché non c'è nessuno che vi stia insegnando. Non potete basare la vostra indagine su nessuna autorità, su nessun presupposto o nessuna conoscenza precedente. Se lo fate, vi state semplicemente uniformando a un modello già conosciuto e quindi non state più imparando su voi stessi.

Si accetta con grande facilità la via più soddisfacente, più conveniente, più piacevole. È molto facile muoversi entro quel solco. E l'autorità impone, stabilisce, in un sistema religioso o psicologico, un metodo mediante il quale vi sentite dire che troverete la sicurezza. Ma se si capisce che non vi è sicurezza in tale autorità, allora si scopre se è possibile vivere senza guida, senza controllo, senza sforzo psicologico. Perciò si indaga per scoprire se la mente può essere libera di trovare la verità al riguardo, in modo da non conformarsi mai, in nessuna circostanza, a nessuno schema di autorità, psicologicamente. Questo è chiedere moltissimo, perché ci hanno insegnato, ci hanno condizionato ad accettare l'autorità dato che è il modo di vivere più comodo e facile. Ci hanno insegnato a riporre tutta la nostra fede e la nostra fiducia in qualcuno, in un'idea, in una conclusione o in un insegnamento, e dedicarci a questo, con la speranza di trovare una profonda soddisfazione, una profonda sicurezza: i guru e gli insegnamenti hanno svolto tutto il lavoro necessario e non resta che seguirli! Ora, una persona intelligente, abbastanza consapevole, normalmente sveglia, si oppone totalmente a questo. Dal momento che vivete in un paese libero come questo, dove c'è libertà di parola e tutto il

resto, vi opporreste in ogni modo allo stato totalitario; tuttavia accettate l'autorità degli psicologi, del guru, di insegnamenti che vi promettono meraviglie nel futuro, ma non ora; accettereste tutto ciò perché riempie di soddisfazione. Demoliremo quindi tutto questo, se vorrete, perché altrimenti non sarete in grado di risvegliare l'intelligenza di cui stiamo parlando. Quando c'è un'autorità, psicologicamente, c'è conformismo: ci si conforma a uno schema costruito da qualcun altro per mezzo di sanzioni, o all'autorità delle proprie esperienze, delle proprie sensazioni, e a partire da tutto ciò si traggono conclusioni e ci si rassicura grazie ad esse. C'è forse una qualche sicurezza nell'autorità psicologica, in un qualche insegnamento, incluso quello di colui che vi parla, inclusi i cosiddetti insegnamenti religiosi, quelli dei guru più famosi, e tutta quella roba! C'è forse una qualche sicurezza in tutto questo? E tuttavia, se osservate bene, ce ne sono a migliaia che seguono quel sentiero, quel modo di pensare, nella speranza che finalmente, un giorno, in una vita futura, o da qualche altra parte ci sarà sicurezza. Ora ci interrogheremo se in tutto questo ci sia una qualche verità. Stiamo lavorando insieme, non è così? Stiamo esplorando insieme. Stiamo davvero riflettendo su questo problema insieme, in modo tale che non sono io a pensare e voi soltanto ad ascoltare, ma condividiamo la cosa tutti insieme per scoprire la verità di questo peso enorme che l'uomo ha sopportato sperando di trovare così una qualche sicurezza e felicità. Per favore, è vostra responsabilità, come di colui che parla, approfondire la questione molto attentamente, per scoprire se si può vivere quotidianamente in modo non conformista, non imitativo, senza seguire una particolare tradizione; perché se avete una tradizione, un sistema di sanzioni, uno schema, vi conformerete immancabilmente ad essi, consciamente o inconsciamente. Quando uno si conforma a un modello religioso o psicologico, o a un modello che si è proposto, c'è sempre una contraddizione

tra ciò che uno è effettivamente e lo schema. Vi è sempre un conflitto, e questo conflitto è interminabile. Se uno rompe con un modello, passa a un altro. Viene educato a vivere in questo campo di conflitto a causa di questi ideali, schemi, conclusioni, credenze e così via. Conformandosi a un modello, uno non è mai libero; non sa cos'è la compassione, ed è sempre in lotta, e perciò dà importanza a se stesso; l'io diventa straordinariamente importante con l'idea dell'automiglioramento. Dunque, è possibile vivere senza un modello? Il modello è la tradizione, delle conclusioni, un ideale, il presupposto che c'è una divinità che in futuro vi aiuterà a evolvervi, e così via: tutta quella roba. Ora, come può un individuo, in quanto essere umano, rappresentante totale di tutta l'umanità, come può scoprire la verità a questo proposito? Perché se la sua coscienza viene cambiata radicalmente, profondamente (no, rivoluzionata, più che cambiata), allora l'individuo influisce sulla coscienza di tutta l'umanità. Per favore, cercate di capire la verità di questo; così diventate enormemente responsabili e non vi preoccupate solamente per le vostre piccole ansie private (se fate troppo poco sesso, o per niente, se dovreste smettere di fumare; insomma, le vostre piccole meschinità). Cercheremo di capire, di indagare insieme, se esista una vita nella quale non c'è neanche una scintilla di autorità. Come si affronta questo problema? Con quale capacità si può indagare? Per indagare, ci deve essere la libertà dalla motivazione. Se uno vuole indagare sul problema dell'autorità, il suo background dice: devo obbedire, devo seguire; e durante il processo, questo background proietta continuamente e distorce continuamente l'indagine. Ci si può liberare del proprio background, in modo che non interferisca nell'indagine? L'urgenza di cercare la verità, l'immediatezza, l'esigenza, pongono nel dimenticatoio il background; l'intensità è così forte che il background smette di interferire. Sebbene il background, il condizionamento, l'educazione, sia così forte (si è

accumulato per secoli; consciamente è impossibile combatterlo o respingerlo; non si può lottare con esso, e ci si rende conto che combattendo il background si riesce soltanto a rafforzarlo), l'intenso impulso di scoprire la verità dell'autorità allontana di molto il background, che così non influenza più la mente. Siete pronti a indagare tutta la questione dell'autorità psicologica, esterna, imposta a esseri umani da altri esseri umani, indagare per trovarne la verità? Ciò significa che per trovare la verità non deve esserci motivazione, non deve esserci uno scopo nell'indagine sulla verità dell'autorità. È chiedere moltissimo, vero? Siamo pronti a questo? Oppure siamo tutti troppo vecchi? Non ha importanza. Se siete troppo vecchi, sono affari vostri; se non siete intensi, sono affari vostri. Io voglio scoprire la verità su questo, come essere umano. Supposto che io sia rappresentativo degli esseri umani, dico a me stesso che voglio trovare la verità su questo argomento, e cioè: è possibile vivere una vita senza conformismo, senza alcuna meta, scopo, proiezione ideale, tutte cose che creano e provocano conflitto? L'intensità dell'indagine dipende dall'urgenza di scoprire la verità su di essa, di possedere un'immensa energia per scoprire la verità.

Sulla carta possiamo stendere il progetto di una brillante utopia, di un meraviglioso mondo nuovo, ma sacrificare il presente a un futuro ignoto non risolverà certamente nessuno dei nostri problemi. Così tanti elementi si interpongono tra questo momento e il futuro che nessuno sa come sarà. Ciò che possiamo e dobbiamo fare, se siamo sinceri, è affrontare i problemi ora e non rimandarli a un qualche futuro. L'eternità non è nel futuro, l'eternità è ora. I nostri problemi sono nel presente e solo nel presente si possono risolvere. Se siamo sinceri dobbiamo rigenerare noi stessi, ma può esserci rigenerazione solo se ci stacchiamo dai valori che abbiamo creato mediante i nostri desideri aggressivi e autoprotettivi. La conoscenza di sé è

l'inizio della libertà e solo conoscendo noi stessi possiamo portare ordine e pace. Qualcuno potrebbe chiedere: "Che cosa può fare un singolo individuo per influire sulla storia? Può davvero fare qualcosa attraverso il suo modo di vivere?". Assolutamente sì. Ovviamente, voi e io non possiamo fermare le guerre in corso o creare una comprensione immediata tra le nazioni; ma possiamo almeno portare nel mondo dei nostri rapporti quotidiani un cambiamento radicale che produrrà i suoi effetti. L'illuminazione individuale può influire su grandi gruppi di persone solo se non siamo impazienti riguardo ai risultati. Se pensiamo in termini di ottenimenti e di risultati, la corretta trasformazione di noi stessi è impossibile. I problemi umani non sono semplici, sono molto complessi. Comprenderli richiede pazienza e insight, ed è di fondamentale importanza comprenderli e risolverli a livello individuale. Non vanno compresi attraverso facili formule o slogan, né possono venire risolti, al loro livello specifico, da specialisti che lavorano seguendo una linea particolare, fatto che porta soltanto a ulteriore confusione e dolore. I nostri numerosi problemi possono essere compresi e risolti solo se siamo consapevoli di noi stessi come processo globale, ovvero comprendendo la nostra intera costituzione psicologica; e nessuna religione o leader religioso può darci la chiave di questa comprensione. Per comprendere noi stessi dobbiamo essere consapevoli del nostro rapporto non solo con gli altri, ma anche con i possessi, le idee e la natura. Se vogliamo produrre una vera rivoluzione nei rapporti umani, che sono la base dell'intera società, deve avvenire un cambiamento radicale nei nostri valori e nella nostra visione; ma noi eludiamo questa necessaria e radicale trasformazione di noi stessi e cerchiamo di introdurre nel mondo rivoluzioni politiche che conducono sempre allo spargimento di sangue e al disastro. Il rapporto fondato sulla sensazione non può mai essere uno strumento di liberazione dall'io; eppure, le nostre relazioni si fondano

in gran parte sulla sensazione, sono il prodotto del desiderio di utile personale, comodità e sicurezza psicologica. Benché possano offrirci una fuga momentanea dall'io, queste relazioni non fanno che rafforzare l'io e le sue attività che escludono e imprigionano. Il rapporto è uno specchio in cui l'io e tutte le sue attività diventano visibili, e solo quando i modi di essere dell'io vengono compresi alla luce delle reazioni nei rapporti c'è liberazione creativa dall'io. L'ignoranza è assenza di conoscenza dei modi di agire dell'io e questa ignoranza non si può dissipare attraverso azioni o riforme superficiali; può venire dissolta solo attraverso la costante consapevolezza dei movimenti e delle risposte dell'io in tutti i suoi rapporti. Ciò che dobbiamo capire è che non solo siamo condizionati dall'ambiente, ma che noi siamo l'ambiente e non qualcosa di diverso. I nostri pensieri e le nostre risposte sono condizionate dai valori che la società, di cui siamo parte, ci ha imposto. Non vediamo che siamo la totalità dell'ambiente perché in noi esistono varie entità che ruotano tutte attorno al 'me', all'io. L'io è formato da tutte queste entità, che sono semplicemente desideri sotto varie forme. Da questo agglomerato di desideri nasce la figura centrale, il pensatore, la volontà del 'me' e del 'mio', creando così una divisione tra l'io e il non io, tra il 'me' e l'ambiente e la società. Questa separazione è l'inizio del conflitto, interno ed esterno. La consapevolezza di questo intero processo, tanto conscio che nascosto, è la meditazione; e attraverso questa meditazione l'io, con i suoi desideri e conflitti, viene trasceso. La conoscenza di sé è indispensabile se vogliamo essere liberi dalle influenze e dai valori che offrono rifugio all'io; e solo in questa libertà c'è creatività, verità, Dio o comunque vogliate chiamarlo. L'opinione e la tradizione modellano i nostri pensieri e il nostro sentire sin dalla più tenera infanzia. Gli influssi e le impressioni immediate producono effetti potenti e durevoli che informano l'intero corso della nostra vita conscia e inconscia. L'uniformarsi

inizia nell'infanzia, attraverso l'educazione e l'impatto della società. Il desiderio di imitare è un fortissimo fattore della nostra vita, non solo a livelli superficiali, ma anche nel profondo. Difficilmente abbiamo pensieri e sentimenti autonomi. Quando avvengono, sono semplici reazioni e non sono quindi liberi da modelli prefissati, perché nella reazione non c'è libertà. La filosofia e la religione propongono determinati metodi per giungere alla conoscenza della verità o di Dio; ma seguire meramente un metodo significa essere irriflessivi e non integri, per quanto il metodo possa sembrare efficace nella vita sociale di tutti i giorni. La spinta a uniformarsi, che è desiderio di sicurezza, alimenta la paura e porta in primo piano le autorità politiche e religiose, i leader e gli eroi che incoraggiano la sottomissione e dai quali siamo apertamente o sottilmente dominati; ma non uniformarsi è semplicemente una reazione all'autorità e non ci aiuta in alcun modo a diventare esseri umani integri. La reazione è infinita e porta soltanto a ulteriore reazione. Il conformismo, con la sua corrente sotterranea di paura, è un impedimento; ma la mera comprensione intellettuale di questo fatto non risolve l'impedimento. Solo se siamo consapevoli degli impedimenti con tutto il nostro essere possiamo liberarcene senza creare ulteriori blocchi più profondi. Se siamo interiormente dipendenti, la tradizione esercita una forte presa su di noi; e una mente che pensa per linee tradizionali non può scoprire ciò che è nuovo. Uniformandoci diventiamo mediocri imitatori, rotelle di una macchina sociale spietata. Ciò che importa è ciò che pensiamo noi, non quello che gli altri vogliono che pensiamo. Quando ci uniformiamo a una tradizione, diventiamo in breve tempo semplici copie di quello che dovremmo essere. Questa imitazione di ciò che dovremmo essere genera paura e la paura uccide il pensiero creativo. La paura ottunde la mente e il cuore, impedendoci di essere svegli al senso globale della vita; diventiamo insensibili alle

nostre stesse sofferenze, al volo degli uccelli, ai sorrisi e ai dolori degli altri. La paura, conscia e inconscia, ha cause diverse e occorre una vigile attenzione per liberarsene. Non si può eliminare la paura attraverso la disciplina, la sublimazione o qualunque altro atto di volontà: dobbiamo cercarne le cause e comprenderle. Ciò richiede pazienza e una consapevolezza libera da qualunque tipo di giudizio. È relativamente facile capire e dissolvere le paure consce. Ma le paure inconsce non sono state nemmeno scoperte dalla maggior parte di noi, perché non le lasciamo venire alla superficie e, nelle rare occasioni in cui vengono a galla, ci affrettiamo a nasconderle, a fuggirle. Le paure nascoste rivelano spesso la loro presenza attraverso i sogni e altre indicazioni, causando conflitti e deterioramenti molto più gravi delle paure superficiali. La nostra vita non è solo in superficie: la maggior parte rimane nascosta all'osservazione distratta. Se vogliamo che le nostre paure più oscure escano all'aperto e scompaiano, la mente conscia deve essere silenziosa, non continuamente occupata. Poi, quando queste paure vengono a galla, vanno osservate senza impedimenti, perché qualunque forma di condanna o di giustificazione non fa che rafforzare la paura. Per essere liberi da tutte le paure dobbiamo essere svegli al loro influsso oscurante e solo la costante osservazione può rivelarne le molteplici cause. Uno degli effetti della paura è l'accettazione dell'autorità nelle faccende umane. L'autorità è creata dal desiderio di essere nel giusto, di sentirci sicuri, di sentirci comodi, di non avere conflitti o disturbi consci; ma nessun prodotto della paura può aiutarci a comprendere i nostri problemi, anche se la paura può assumere la forma del rispetto e della sottomissione ai cosiddetti saggi. I saggi non esercitano autorità e chi esercita autorità non è saggio. La paura, in qualunque forma, impedisce la comprensione di noi stessi e del nostro rapporto con tutte le cose. Seguire l'autorità è la negazione dell'intelligenza. Accettare l'autorità è sottomettersi al

dominio, assoggettarsi a un individuo, un gruppo o un'ideologia, religiosa o politica; e questa sottomissione all'autorità è la negazione non solo dell'intelligenza, ma anche della libertà individuale. L'acquiescenza a un credo o a un sistema di idee è una reazione autoprotettiva. L'accettazione dell'autorità può servire a nascondere momentaneamente difficoltà e problemi, ma evitare un problema significa soltanto aggravarlo, e in questo processo la conoscenza di sé e la libertà vengono abbandonate. Come può esserci compromesso tra libertà e accettazione dell'autorità? Se c'è questo compromesso, chiunque affermi di cercare la conoscenza di sé e la libertà non è sincero nei suoi sforzi. Sembriamo pensare che la libertà sia un fine ultimo, un obiettivo, e che per diventare liberi dobbiamo prima sottometterci a varie forme di oppressione e di intimidazione. Speriamo di raggiungere la libertà attraverso il conformismo, ma i mezzi non sono forse altrettanto importanti dei fini? Non sono i mezzi che determinano i fini? Per avere la pace occorre impiegare mezzi pacifici; infatti, se i mezzi sono violenti, come può il fine essere la pace? Se il fine è la libertà, l'inizio deve essere libero, perché la fine e l'inizio sono un'unica cosa. Può esserci conoscenza di sé e intelligenza solo se c'è libertà sin dall'inizio, ma l'accettazione dell'autorità nega la libertà. Veneriamo l'autorità sotto tante forme: conoscenza, successo, potere e così via. Esercitiamo autorità sui giovani e nello stesso tempo abbiamo paura di un'autorità superiore a noi. Se l'uomo non ha una visione interiore, il potere e la posizione esteriori assumono grande importanza, e l'individuo è sempre più soggetto all'autorità e alla coercizione, diventa uno strumento degli altri. Vediamo questo processo in atto attorno a noi: nei momenti di crisi gli stati democratici si comportano da stati totalitari, dimenticando la loro democrazia e costringendo gli individui a uniformarsi. Se comprendiamo la coercizione dietro il nostro desiderio di dominare o di essere dominati,

forse potremo essere liberi dagli effetti invalidanti dell'autorità. Desideriamo ardentemente di essere nel certo, di essere nel giusto, avere successo e conoscere; e questo desiderio di certezza, di stabilità, crea in noi l'autorità dell'esperienza personale, mentre all'esterno crea l'autorità della società, della famiglia, della religione e così via. Ma ignorare meramente l'autorità, scuotersi di dosso solo i suoi simboli esteriori, ha scarso significato. Allontanarsi da una tradizione per uniformarsi a un'altra, abbandonare un leader per seguirne un altro, non è che un gesto superficiale. Se vogliamo essere consapevoli del processo globale dell'autorità, se vogliamo vederne la natura profonda, se vogliamo comprendere e trascendere il desiderio di sicurezza, dobbiamo avere una forte consapevolezza e un grande insight; dobbiamo essere liberi non alla fine, ma all'inizio. La brama di certezza, di sicurezza, è una delle principali attività dell'io; e questa spinta impellente va continuamente osservata e non solo piegata o deviata in un'altra direzione, oppure uniformata a un modello desiderato. L'io, il 'me' e il 'mio', è molto forte nella maggior parte di noi; che siamo svegli o che dormiamo, l'io è sempre all'erta per rafforzarsi. Ma se ci sono consapevolezza dell'io e comprensione che tutte le sue attività, per quanto sottili, conducono inevitabilmente al conflitto e al dolore, allora la brama di certezza, di perpetuazione dell'io, giunge a fine. Dobbiamo vigilare costantemente sull'io per portarne alla luce le modalità e i trucchi; ma quando iniziamo a comprenderli, e a comprendere le implicazioni dell'autorità e di tutto ciò che sottende l'accettazione dell'autorità o il suo rifiuto, ci stiamo già affrancando dall'autorità.

La maggior parte di noi non prende seriamente i problemi della vita e vuole risposte già fatte. Non vogliamo calarci nel problema, non vogliamo riflettervi a fondo, pienamente, per comprenderne il senso totale; vogliamo che ci venga data una risposta e, più la risposta è

gratificante, più siamo pronti ad accettarla. Quando ci costringiamo a pensare a un problema, quando dobbiamo scendervi in profondità, la mente si ribella, perché non siamo abituati a esaminare i nostri problemi. Se, considerando queste domande, volete semplicemente da me una risposta già pronta, temo che rimarrete delusi; ma se esaminiamo assieme la domanda, se la esaminiamo in modo fresco, e non secondo vecchi modelli, forse riusciremo a risolvere i molti problemi che ci stanno di fronte e che di solito non siamo disposti a guardare. Dobbiamo guardarli; ovvero, deve esserci la capacità di affrontare il fatto, ma non possiamo affrontare il fatto, qualunque esso sia, finché abbiamo già delle spiegazioni, finché la nostra mente è piena di parole. Sono le parole, le spiegazioni e i ricordi che oscurano la comprensione del fatto. Il fatto è sempre nuovo, perché il fatto è una sfida; ma il fatto cessa di essere una sfida, non è più nuovo, se lo consideriamo come qualcosa di vecchio e lo scartiamo. Quindi, considerando queste domande, mi auguro che voi e io possiamo esaminare il problema assieme. Non sarò io a darvi la risposta, ma indagheremo ogni problema assieme e ne scopriremo la verità.

Interlocutore: Lei predica una sorta di anarchia filosofica che è la via di fuga preferita dagli intellettuali. Una comunità, non ha forse bisogno di qualche forma di regolamentazione e di autorità? Quale ordinamento sociale potrebbe esprimere i valori che lei sostiene?

Krishnamurti: Quando la vita è molto difficile, quando i problemi si aggravano, fuggiamo attraverso l'intelletto o il misticismo. Conosciamo bene la fuga attraverso l'intelletto: la razionalizzazione, trucchi sempre più astuti, sempre più tecniche, sempre più soluzioni economiche alla vita; tutte cose molto sottili e intellettuali. Poi c'è la fuga attraverso il misticismo, attraverso i testi sacri, attraverso l'adorazione di un'idea costituita (idea che può essere un'immagine, un simbolo, un'entità superiore o quello che volete), pensando

che non appartenga alla mente; ma tanto l'intellettuale che il mistico sono prodotti della mente. Esaltiamo il primo e disprezziamo il secondo, perché oggi è di moda disprezzare il mistico, buttarlo fuori a calci; ma entrambi funzionano attraverso la mente. L'intellettuale può essere bravo a parlare, a esprimersi con maggiore efficacia, ma si ritira anche lui nelle proprie idee per vivere comodamente, trascurando la società e inseguendo le sue stesse illusioni, che nascono dalla mente; benché io ritenga che tra i due non vi sia nessuna differenza. Entrambi inseguono le illusioni della mente e né l'intellettuale o l'intellettualoide, e nemmeno il mistico, lo yogi che si ritira dal mondo, che lo fugge, e neppure il commissario del popolo hanno la risposta. Siamo voi e io, normali persone comuni, che dobbiamo risolvere il problema senza intellettualismi o misticismi, senza fuggire attraverso la razionalizzazione o attraverso un linguaggio fumoso, facendoci ipnotizzare dalle parole o dai metodi della nostra stessa proiezione. Ciò che siete è ciò che il mondo è; e, se non comprendete voi stessi, tutto ciò che fate accrescerà soltanto la confusione e la sofferenza; ma la comprensione di voi stessi non è un processo da completare per poi agire. Non si tratta di conoscere se stessi prima e di agire poi; al contrario, la comprensione di voi stessi avviene nell'azione stessa del rapporto. L'azione è rapporto in cui vi conoscete, in cui vi vedete con chiarezza; ma se aspettate di diventare perfetti o di conoscervi, questa attesa è morte. A molti di noi è capitato di agire e di essere stati svuotati, prosciugati dall'attività; poi, una volta che siamo stati morsi, aspettiamo senza fare niente e diciamo: "Non agirò più finché non avrò compreso". Attendere la comprensione è un processo di morte; se invece comprendete l'intero problema dell'azione, del vivere momento per momento, cosa che non richiede attesa, allora la comprensione è in ciò che fate, nell'azione stessa, e non è separata dalla vita. Vivere è azione, vivere è rapporto; ma, poiché non comprendiamo il

rapporto, poiché evitiamo il rapporto, siamo imprigionati nelle parole e le parole ci hanno ipnotizzato spingendoci ad azioni che producono ulteriore caos e sofferenza.

I.: Ma una comunità non esige sempre qualche forma di regolamentazione e di autorità?

K.: Finché una comunità è fondata sulla violenza, deve esserci ovviamente un'autorità. La nostra attuale struttura sociale non è forse basata sulla violenza, sull'intolleranza? La comunità è fatta da voi e da un altro in rapporto, e il vostro rapporto non si basa sulla violenza? Non pensiamo sempre e solo a noi stessi? I nostri attuali rapporti non si basano forse sulla violenza e la violenza non è un processo di chiusura, di isolamento? La nostra attività quotidiana non è un processo di isolamento? E, poiché ognuno isola se stesso, deve esserci un'autorità per creare coesione, che sia l'autorità dello Stato o l'autorità di una religione organizzata. Per quanto riguarda tutto il nostro essere 'tenuti assieme', siamo stati tenuti assieme attraverso la paura della religione o attraverso la paura del governo; ma una persona che comprende il rapporto, la cui vita non è fondata sulla violenza, non ha bisogno dell'autorità. La persona che ha bisogno dell'autorità è la persona stupida, la persona violenta, la persona infelice; cioè, voi. Volete l'autorità perché pensate che senza siete perduti; per questo avete tutte queste religioni, illusioni e credenze; per questo avete innumerevoli leader, politici e religiosi. Nei momenti di confusione create un leader e lo seguite; ma, essendo il prodotto della vostra confusione, ovviamente anche il leader deve essere confuso. Quindi, l'autorità è necessaria finché nei vostri rapporti create conflitto, sofferenza e violenza.

I.: Quale ordinamento sociale potrebbe esprimere i valori che lei sostiene?

K.: Lei ha capito quali valori sostengo? Sto sostenendo qualcosa, almeno secondo quei pochi che mi hanno ascoltato seriamente? Non vi sto offrendo un nuovo set di

valori per sostituirne uno vecchio. Non vi sto offrendo un surrogato. Vi dico: osservate quello che sostenete voi, esaminatelo, scopritene la verità, e allora i valori che stabilirete creeranno la nuova società. Non sta a qualcun altro stendere un programma che seguirete ciecamente senza sapere di che cosa si tratta; sta a voi scoprire da soli il significato, la verità di ogni problema. Se mi seguite, ciò che dico è molto chiaro e semplice. La società è il vostro prodotto, la vostra proiezione. Il problema del mondo è il vostro problema; per comprendere questo problema dovete comprendere voi stessi, e potete comprendere voi stessi solo nel rapporto, non nella fuga. Se scappate attraverso le varie vie di fuga, la vostra religione e la vostra conoscenza non hanno valore. Non siete disposti a cambiare radicalmente il vostro rapporto con l'altro perché è difficile, un disturbo, una rivoluzione; e così parlate di intellettuali e intellettualoidi, di mistici e di tutte queste sciocchezze. Una nuova società, un nuovo ordine, non possono essere creati da un altro: devono venire creati da voi. Una rivoluzione fondata su un'idea non è affatto una rivoluzione. La vera rivoluzione nasce dall'interno e questa rivoluzione non avviene attraverso la fuga, ma avviene solo quando comprendete i vostri rapporti, le vostre attività quotidiane, il vostro modo di agire, il modo in cui pensate, il modo in cui parlate, l'atteggiamento verso i vostri vicini, vostra moglie, vostro marito e i vostri figli. Senza la comprensione di voi stessi, qualunque cosa facciate, per quanto lontano scappiate, produrrà soltanto più sofferenza, più guerre e più distruzione.

Come un essere umano

Sono qui, un essere umano ordinario. Non ho letto niente. Voglio conoscere. Da dove inizierò? Devo lavorare: da giardiniere, da cuoco, in fabbrica, in un ufficio. Devo lavorare. Poi ci sono una moglie e i figli: li amo, li odio, sono dipendente dal sesso perché è l'unica fuga che mi viene

offerta nella vita. Sono qui. Questa è la mappa della mia vita e inizio da qui. Non posso iniziare da un altro punto: inizio da qui e mi chiedo che cosa sia tutto questo. Non so niente di Dio. Voi potete fingere, inventare: io ho orrore della finzione. Se non so, non so. Non citerò Shankara, il Buddha, né nessun altro. Per questo dico: qui è da dove inizio. Posso fare ordine nella mia vita? Un ordine che non sia inventato da me o da loro, ma un ordine che è virtù. Posso crearlo? E, per essere virtuoso, non deve esserci guerra, non deve esserci conflitto in me o fuori di me. Quindi non deve esserci aggressività, violenza, odio, animosità. E scopro di avere paura. Devo essere libero dalla paura. Esserne cosciente è essere consapevole di tutto questo, consapevole di dove sono. Allora scopro che posso essere solo, senza portare con me tutto il peso della memoria. Posso essere solo perché ho compreso che cos'è l'ordine nella mia vita; e ho compreso l'ordine perché ho rifiutato il disordine, perché ho imparato che cos'è il disordine. Disordine significa conflitto, accettazione dell'autorità, conformismo, imitazione, tutte queste cose. Questo è disordine, la morale sociale è disordine. Da ciò creerò ordine in me stesso; non un me stesso come un insignificante essere umano sullo sfondo, ma come un Essere Umano. Ogni essere umano deve attraversare questo inferno. Perciò se io, come essere umano, ho compreso tutto ciò, ho scoperto qualcosa che tutti gli esseri umani possono scoprire.

Krishnamurti: Quindi, che cos'è l'io? L'intero processo dell'identificazione: la mia casa, il mio nome, le mie proprietà, ciò che sarò, il successo, il potere, la posizione, il prestigio. Il processo di identificazione è l'essenza dell'io. Può questa identificazione giungere a fine se il pensiero non si identifica con i possessi, dato che l'identificazione gli dà piacere, posizione, sicurezza? La radice dell'io è il movimento del pensiero. Quando il pensiero giunge a fine, è una forma di morte in vita. Ma può il pensiero giungere a fine? Ogni essere umano si è identificato e quindi si è

condizionato attraverso una cosa o un'altra. Può avvenire in vita quella morte che è la fine del pensiero?

Walpola Rahula: Sono d'accordo con lei quando dice che non occorre attendere la fine della vita. Il Buddha diede la stessa indicazione quando gli venne posta questa domanda. Quando gli venne chiesto che cosa sarebbe accaduto al Buddha dopo la morte, domandò al discepolo: "Che cos'è il Buddha? È questo corpo?". Esattamente la sua domanda sul nome, sulla forma; precisamente quello che ha detto. Nella terminologia buddhista si chiama namarupa.

K.: Se posso chiedere senza sembrare impudente: perché chiamare in causa il Buddha? Stiamo dialogando tra esseri umani.

W.R.: Ho semplicemente posto la domanda dal punto di vista del Buddha.

K.: No, come essere umano voglio sapere: posso vivere nella vita quotidiana senza l'io?

W.R.: La mia domanda non era questa. La domanda è: che cosa accade alla persona che ha compreso la verità, che è diventata libera, liberata?

K.: Io non porrei mai questa domanda, perché quella persona potrebbe dire che accade questo o quello, o che non accade niente. Ma per me rimane una teoria, un'idea.

W.R.: Da lei vorrei qualcosa di più.

K.: Ah, lei vuole qualcosa da me.

W.R.: Non una teoria.

K.: Se vuole qualcosa da chi parla, deve indagare assieme a chi parla. Perciò vi chiede: è possibile vivere nella vita quotidiana, non al termine dell'esistenza ma nella vita quotidiana, senza questo processo di identificazione che crea la struttura e la natura dell'io, che è il prodotto del pensiero? Può il movimento del pensiero avere fine mentre sono in vita? Questa è la domanda, non ciò che accade dopo la morte. Il 'me' è semplicemente un movimento del pensiero. Il pensiero è in se stesso molto limitato. Può quindi un essere umano, lei, io o chiunque di noi, vivere

senza il movimento del pensiero, che è l'essenza dell'io? Supponiamo che chi parla dica: sì, è possibile, so che è possibile. E allora? Che valore ha per tutti voi? O lo accettate oppure replicate: "Non dire sciocchezze". E, poiché non è possibile, lasciate perdere. Ma se volete indagare e dire: "Vediamo se è possibile", dovete scoprirlo, non come idea ma nella realtà della vita quotidiana.

G. Narayan: Dottor Rahula, abbiamo parlato in questo contesto del valore della meditazione buddhista, della preparazione, della pratica e della presenza mentale. Qual è il valore di tutto ciò che è menzionato nella letteratura buddhista e che viene praticato come una cosa davvero importante in relazione alla fine del pensiero?

K.: Non vorrei sembrare irriverente o irriguardoso nei confronti di ciò che ha detto il Buddha. Personalmente non l'ho letto e non intendo neppure leggerlo. Possono essere cose giuste o sbagliate, possono essere prodotto dell'illusione oppure no, possono essere state assemblate dai discepoli e quello che i discepoli fanno al loro guru è spaventoso, stravolgono tutto. Perciò dico: non voglio iniziare da qualcuno che mi dica che cosa fare o che cosa pensare. Non accetto nessuna autorità. Ma dico: un essere umano sofferente, che patisce vari tormenti, il sesso, i torti, il terrore e tutto il resto, indaga quello a cui è arrivato, cioè il pensiero. E questo è tutto. Non devo conoscere l'intera letteratura del mondo, che condizionerebbe soltanto il mio pensiero futuro. Perciò, perdonatemi se la metto in questi termini, ma mi sbarazzo di tutto questo. L'abbiamo già fatto. I cristiani... ho conosciuto dei cristiani, monaci benedettini, gesuiti, grandi studiosi, che citano, citano e citano in continuazione, che credono in questo e non credono in quello. Capite? Spero che non mi consideriate irriverente. Vedete, io parto da quello che per me è un fatto. Che cos'è un fatto, non secondo filosofi, maestri religiosi e preti? Un fatto: soffro, ho paura, ho pulsioni sessuali. Come affronterò tutte queste cose terribilmente complesse che

costituiscono la mia vita? E io sono profondamente infelice, misero. Parto da qui, non da quello che ha detto qualcuno, che non ha nessun significato. Non sto sminuendo il Buddha, perdonatemi, non lo farei mai.

W.R.: Lo so, so che lei ha il massimo rispetto per il Buddha. Noi abbiamo lo stesso atteggiamento e vorrei indagare assieme a lei. Perciò ho posto quella domanda.

K.: No, non esattamente, signore; non esattamente. Mi perdoni se lo dico. Io inizio da qualcosa che è comune a tutti noi. Non secondo il Buddha, non secondo il dio cristiano o un dio induista o qualsiasi altro gruppo. Per me, tutto ciò è del tutto irrilevante. Non riguarda la mia sofferenza e io voglio scoprire come mettervi fine. Vedo la radice di tutta questa confusione, incertezza, insicurezza, fatica e sforzo, e la radice di tutto questo è l'io, il 'me'. È possibile essere libero dal 'me', che causa tutto questo caos; sia all'esterno, in termini politici, religiosi, economici, e così via, sia all'interno; questa continua lotta, questa continua battaglia, questo continuo sforzo? Mi chiedo: può il pensiero avere fine? Allora il pensiero non ha più futuro e ciò che finisce ha un inizio completamente diverso, non l'inizio del 'me' che finisce e viene ripreso di nuovo più tardi. Può questo pensiero finire? Arriva il prete e dice: sì, può finire, basta che ti identifichi con il Cristo, con il Buddha. Capite? Identificatevi, dimenticate voi stessi. Alcuni hanno detto: sopprimete l'io, identificatelo con una cosa più elevata, ma questo è ancora il movimento del pensiero. Altri hanno detto: sopprimete i sensi. L'hanno fatto: digiunare e tutto quello che è utile a questo fine. Poi arriva uno come me e dice: lo sforzo è l'essenza stessa dell'io. Lo comprendiamo? Oppure è diventata un'idea che ci portiamo dietro? Qualcuno come me dice: lo sforzo di qualunque tipo non fa che rafforzare l'io. Come ricevete questa affermazione? Quando mangiate, mangiate perché avete fame. Lo stomaco riceve il cibo, ricevere il cibo non è un'idea. Allo stesso modo potete ascoltare, ascoltare senza l'idea di ricevere,

accettare, negare o discutere, ma semplicemente ascoltare un'affermazione? Può essere falsa o può essere vera, ma ascoltatela e basta. Ci riuscite? Dopo avere spiegato con precisione la predisposizione del pensiero a identificarsi con la forma, con il nome, con questo o con quello; dopo averlo spiegato con grande precisione, viene detto che il pensiero è la radice stessa dell'io. Come riceviamo, come ascoltiamo la verità di questo fatto: che il pensiero è la radice dell'io? È un'idea, una conclusione, oppure un fatto assoluto e irrevocabile?

W.R.: Se la domanda è rivolta a me, è un fatto. Lo ascolto, lo ricevo. Lo vedo.

K.: Sta ascoltando in quanto buddhista? Mi perdoni se glielo chiedo.

W.R.: Non so.

K.: No, lei deve saperlo.

W.R.: Io non mi identifico assolutamente con nulla. Non la sto ascoltando in quanto buddhista o non buddhista.

K.: Le chiedo: sta ascoltando come un buddhista? Sta ascoltando come una persona che ha letto molto sul Buddha e su quello che il Buddha ha detto, paragonando e quindi allontanandosi dall'ascolto? Perciò, sta ascoltando? Mi perdoni, non è niente di personale.

W.R.: Con me, lei può essere completamente libero. Io non la fraintenderò e lei non fraintenderà me.

K.: Non mi preoccupo che lei mi fraintenda, posso sempre rettificare. Lei ascolta l'idea, le parole e le implicazioni delle parole, oppure ascolta senza nessun senso di comprensione verbale, operazione che ha già svolto rapidamente, e quindi può dire: "Sì, ne vedo l'assoluta verità"?

W.R.: È quello che ho detto.

K.: Davvero?

W.R.: Sì.

K.: No, signore. In questo caso, tutto sarebbe finito. È come capire qualcosa di terribilmente pericoloso: è finito,

non lo tocca più. Mi chiedo se lei l'abbia capito. Quando mi parla di qualcosa che ha detto il Buddha, io ascolto. Dico: sta citando una cosa detta dal Buddha, ma non mi sta dicendo qualcosa che io voglio sapere. Mi sta parlando del Buddha, ma io voglio sapere che cosa pensa lei, non quello che pensava il Buddha, perché in questo modo creiamo un rapporto tra lei e me, non tra lei, il Buddha e me. Non so se lo capisce.

David Bohm: Ritengo che il problema principale sia l'identificazione, un problema molto sottile. Nonostante quello che ha detto, l'identificazione continua.

K.: Naturalmente.

D.B.: È come se fosse connaturata in noi.

Interlocutore: E questo solleva la domanda se si può mettere fine all'identificazione, se ho capito correttamente.

D.B.: L'identificazione impedisce di ascoltare liberamente, con apertura, perché si ascolta attraverso l'identificazione.

K.: Che cosa significa identificazione? Perché gli esseri umani si identificano con qualcosa: la mia auto, la mia casa, mia moglie, i miei figli, il mio Paese, il mio dio, il mio... Mi segue? Perché?

I.: Per essere qualcosa, probabilmente.

K.: Esaminiamo il perché. Mi identifico non solo con le cose esteriori, ma anche interiormente, con la mia esperienza. Mi identifico con l'esperienza e dico: questa è la mia esperienza. Perché gli esseri umani fanno continuamente così?

D.B.: A un certo punto ha detto che ci identifichiamo ad esempio con la sensazione, con i sensi, una cosa molto potente. Come sarebbe non identificarsi con le sensazioni?

K.: Quando ascolto, ascolto per identificarmi con il fatto, oppure non c'è nessuna identificazione e quindi ascolto con orecchie completamente diverse? Ascolto con le orecchie del mio ascoltare o ascolto con totale attenzione? Ascolto con totale attenzione, oppure la mia mente divaga e dice:

"Dio mio, che noia"? Posso essere completamente attento se c'è solo l'atto dell'ascoltare e nient'altro, nessuna identificazione, nessun dire 'sì, è una buona idea, è una cattiva idea; è vero, è falso'; che sono tutti processi di identificazione. Posso ascoltare senza nessuno di questi movimenti? Se ascolto in questo modo, che cosa accade? La verità che il pensiero è l'essenza dell'io, e che l'io crea tutta questa sofferenza, viene vista perfettamente. Non devo meditare, non devo praticare; quando ne vedo il pericolo, è finita. Possiamo ascoltare in modo così totale che l'io è assente? E dire 'vedo, osservo qualcosa senza l'io, ad esempio il mio Paese'. Amo questo cielo, è un cielo magnifico, e così via. La fine del pensiero, che è la fine o la recisione della radice stessa dell'io (un brutto esempio, ma accettatelo)... quando c'è questa attenzione attiva, attenta, non identificata, esiste ancora l'io? Ho bisogno di un vestito. Perché dovrebbe esserci identificazione con il procurarmi un vestito? Me lo procuro, c'è il procurarselo. Quindi, l'ascolto attivo implica l'ascolto dei sensi, dei miei gusti, dell'intero movimento sensoriale. Voglio dire che non si possono fermare i sensi, perché il nostro mondo si paralizzerebbe. Ma, nel momento in cui dico: "Che gusto eccellente, devo averne di più", inizia l'identificazione.

D.B.: A mio parere, essere identificati con i sensi è la condizione normale dell'umanità. Come possiamo cambiarla?

K.: Questo è appunto il problema. L'umanità è stata istruita, condizionata da millenni a identificarsi con qualunque cosa: il mio guru, la mia casa, il mio dio, il mio Paese, il mio re, la mia regina e tutto l'orrore che ne consegue.

D.B.: In tutti avviene la sensazione.

K.: Una sensazione che chiamiamo esperienza. Quando c'è la fine dell'io, che cosa avviene? Non la fine della vita, quando il cervello si deteriora; ma se il cervello è intensamente attivo, vivo, silenzioso, che cosa avviene se

non c'è l'io? Come fare per scoprirlo? Supponiamo che x abbia messo totalmente fine all'io, non per riprenderlo in futuro, un altro giorno, ma vi abbia messo completamente fine e dica: "Sì, c'è un'attività totalmente diversa che non è l'io. Che beneficio porta a me e a tutti noi?". Dice: "Sì, l'io può finire, è un mondo completamente diverso, una dimensione diversa; non una dimensione sensoriale, non una dimensione proiettata intellettualmente, ma qualcosa di completamente diverso". Io dico che x potrebbe essere un matto, un ciarlatano o un ipocrita, ma voglio scoprirlo. Non perché lo dice lui, ma perché voglio scoprirlo io. Posso io, un essere umano che vive in questo mondo terribilmente brutto, brutale e violento economicamente, socialmente, moralmente e tutto il resto, vivere senza l'io? Voglio scoprirlo. E voglio scoprirlo non a livello di idea; voglio farlo in pratica, è la mia passione. Perciò inizio a indagare: perché c'è identificazione con la forma, con il nome? Che lei sia x, y o z non ha importanza; si esamina comunque con grande attenzione per non identificarsi con niente; sensazioni, idee, nazioni, esperienze. Capisce? È in grado di farlo? Non superficialmente o di tanto in tanto, ma intensamente, con la passione di scoprire. Che ruolo ha il pensiero? Capisce? Che ruolo ha il pensiero? Ha qualche ruolo? Ovviamente, quando parlo uso parole, le parole sono collegate alla memoria, eccetera eccetera, e quindi c'è il pensiero. Non per me, quando parlo c'è realmente poco pensiero, non occupiamocene. Il pensiero ha un ruolo. Se devo prendere un treno, andare dal dentista o fare qualcosa, il pensiero ha un suo ruolo. Ma non ha nessun valore psicologicamente, come ad esempio quando avviene il processo di identificazione. Non so se riesce a vederlo.

D.B.: Sta dicendo che è l'identificazione che spinge il pensiero a fare le cose sbagliate.

K.: Esatto. È l'identificazione che ha spinto il pensiero a fare le cose sbagliate.

D.B.: In caso contrario, andrebbe tutto bene.

K.: In caso contrario, il pensiero avrebbe il suo ruolo.

D.B.: Quando parla di non identificazione, intende che l'io è vuoto, che non ha contenuti. Esatto?

K.: Ci sono solo sensazioni.

D.B.: Sensazioni con cui non ci si identifica, ma che avvengono semplicemente. È così?

K.: Sì, le sensazioni avvengono semplicemente.

D.B.: All'esterno o all'interno.

K.: All'interno.

G.N.: E lei dice che non c'è un ricadere.

K.: Ovviamente no. Se vediamo qualcosa di molto pericoloso, non andiamo indietro né avanti: è pericoloso. Ma allora è la morte? Questa è la domanda da cui siamo partiti. O le sensazioni pienamente risvegliate sono la vita? Sono risvegliate, sono vive, ma la non identificazione con le sensazioni svuota, spazza via l'io. L'abbiamo già detto: è possibile vivere quotidianamente questa morte che è la fine dell'io? Nell'istante in cui ne abbiamo un insight, è finito.

D.B.: Vuole dire che l'insight trasforma la persona?

K.: L'insight trasforma non solo lo stato mentale, ma anche le cellule cerebrali subiscono un cambiamento.

D.B.: Quindi, essendo in uno stato diverso, le cellule cerebrali funzionano in modo diverso. Non è necessario ripetere l'insight.

K.: Può darsi che sia così o che non sia così. Ma ora rimaniamo sulla domanda: che cos'è la morte. La fine dell'io è la morte? Morte nell'accezione comune di fine del mondo? Ovviamente no, perché il sangue continua a scorrere, il cervello funziona, il cuore batte e tutto il resto.

D.B.: È tutto vivo.

K.: È vivo, ma l'io è assente perché non c'è identificazione di nessun tipo. È una cosa meravigliosa. Non c'è identificazione con niente: esperienze, credenze, nazione, idee, ideali, moglie, marito, l'amore. Assolutamente nessuna identificazione. Questa è morte? Chi pensa che sia la morte dice 'Dio mio, se non mi identifico con qualcosa

non sono niente'. Ha paura di non essere niente, per questo si identifica. Ma niente non è una cosa, capisce? Non è una cosa, perciò è uno stato mentale totalmente diverso. C'è morte mentre c'è vita; respiro, sensazioni, il cuore batte, il sangue scorre, il cervello è attivo, non danneggiato. È adesso che i nostri cervelli sono danneggiati.

D.B.: Si può riparare questo danno? È possibile risanarlo?

K.: Con l'insight, è a questo che voglio arrivare. Il nostro cervello è danneggiato. Per migliaia di anni siamo stati feriti psicologicamente, interiormente, e questa ferita fa parte delle nostre cellule cerebrali, delle ferite ricordate. La propaganda di duemila anni: 'Sono cristiano, credo in Gesù Cristo', è una ferita. 'Sono buddhista', è una ferita. Mi segue? Per questo il nostro cervello è danneggiato. Per riparare questo danno occorre ascoltare con grande attenzione, ascoltare e, mentre si ascolta, avere un insight riguardo a ciò che viene detto; in questo modo avviene un immediato cambiamento nelle cellule cerebrali. E così c'è non identificazione, completa e totale. Riesce a vedere che l'identificazione è la radice dell'io, assieme al pensiero e a tutto il resto? È un fatto assoluto, come un cobra, un animale pericoloso, un precipizio, come ingerire un veleno mortale. Quando si vede il pericolo, non c'è assolutamente più identificazione. Qual è allora il mio rapporto con il mondo, la natura, la mia donna, il mio uomo, mio figlio? Se non c'è identificazione c'è indifferenza, insensibilità, brutalità? Dico: "Non mi identifico", ma ho la puzza sotto il naso? Le chiedo: questa non identificazione è un ideale, una credenza, un'idea in base alla quale vivrò, e quindi il mio rapporto con il mio cane, mia moglie, mio marito, la mia ragazza o con qualunque cosa diventerà molto superficiale e trascurato? Solo quando l'identificazione è completamente recisa dalla propria vita non c'è più insensibilità, perché allora i rapporti diventano veri.

Penso sia molto importante comprendere il rapporto tra voi e chi parla perché, senza una chiara comprensione di questo rapporto, nascerebbe una grande confusione. Chi parla non ha nessuna importanza, è semplicemente la voce, l'apparecchio telefonico; ma ciò che viene detto, se si è nel processo dell'apprendere, ha un significato enorme. Se date importanza a chi parla considerandolo un maestro, state soltanto creando una sequela, distruggendo in questo modo voi stessi e quello che viene detto. Sia chi segue sia chi insegna sono dannosi al processo di apprendimento, e se siamo interessati ad apprendere non c'è né insegnante né chi lo segue. Credo sia altrettanto importante il fatto che non vi sto parlando come a individui contrapposti alla società, né appartenenti a questo o quel gruppo. Per me c'è solo l'essere umano, che viva in India, in America, in Russia, in Germania o in qualunque altro luogo. Non vi sto parlando come indiani, con uno specifico sistema di credenze, ma ci stiamo impegnando assieme per comprendere il processo globale del vivere. Questa è la nostra terra, non degli inglesi, degli americani, dei russi o degli indiani: è la terra su cui voi e io viviamo. Non appartiene ai comunisti o ai capitalisti, ai cristiani o agli induisti. È la nostra terra, da vivere con totalità, ampiezza e profondità; ma questo modo di vivere viene negato se siete nazionalisti, se appartenete a un partito o a una religione organizzata. Vi prego, credetemi: sono proprio queste le cose che distruggono l'essere umano. Il nazionalismo è una maledizione. Anche definirsi induisti o cristiani è una maledizione, perché ci divide. Siamo esseri umani, non membri di una setta o funzionari di un sistema. Ma il politico, l'uomo votato a un'idea o a un sistema in cui ha degli interessi personali, sfrutterà ognuno di noi utilizzando il nostro nazionalismo, la nostra vanità e la nostra emotività, esattamente come il prete ci sfrutta in nome della cosiddetta religione. Considerando assieme queste cose, penso sia molto importante che ognuno di noi comprenda che sentire è una

cosa e ascoltare, che conduce all'azione, è un'altra. Potete essere superficialmente d'accordo sentendo dire che il nazionalismo, con tutta la sua emotività e gli interessi privati, porta allo sfruttamento e mette l'uomo contro l'uomo; ma liberare realmente la vostra mente dalla meschinità del nazionalismo è un'altra faccenda. Per essere liberi, non solo dal nazionalismo ma anche dalle conclusioni delle religioni organizzate e dei sistemi politici, è essenziale che la mente sia giovane, fresca, innocente; sia cioè in uno stato di rivoluzione. Perché solo questa mente può creare un mondo nuovo; non i politici, che sono morti, e nemmeno i preti, che sono intrappolati nei loro sistemi religiosi. Fortunatamente o sfortunatamente per voi, avete sentito qualcosa che è vero; ma se vi limitate a sentirlo senza venire spinti attivamente a liberare la mente da tutto ciò che la rende ristretta e distorta, la verità che avete sentito diventerà un veleno. La verità diventa un veleno se viene sentita ma non agisce sulla mente, come una ferita che si infetta. Invece, scoprire da voi ciò che è vero e ciò che è falso, e vedere la verità dietro il falso, significa lasciare che la verità agisca e produca da sé la sua azione. È ovviamente di grande importanza comprendere da soli, come esseri umani individuali, questo intero processo del vivere. Vivere non riguarda soltanto la funzione e lo status, perché se siamo soddisfatti di essere semplici funzionari con un certo status, diventiamo meccanici e la vita si limita a scorrerci accanto. A me sembra che se non partecipiamo realmente alla vita, se non abbiamo a cuore la pienezza del vivere, la mente diventa ristretta, meschina, piena di credenze dogmatiche che stanno distruggendo gli esseri umani. Non so se siate mai scesi profondamente in voi stessi. Per farlo occorre certamente mettere da parte tutte le spiegazioni, tutte le conclusioni riguardo a voi stessi, tutte le conoscenze che avete acquisito riguardo all'io. Solo una mente libera è capace di indagare, non una mente impastoiata in qualche conclusione, credenza o dogma. Se avete indagato in

profondità in voi stessi, probabilmente avete scoperto uno stato che chiamiamo solitudine, un senso di totale isolamento, di non collegamento. Come esseri umani, dovete avere provato a un certo punto questo disperato, straziante, sconsolato senso di isolamento da cui, consciamente o inconsciamente, fuggiamo di continuo. Nella nostra fuga dalla realtà di questo straordinario senso di solitudine siamo mossi, non è così?, da una profonda spinta che cerca eternamente appagamento nei libri, nella musica, nel lavoro e nell'attività, nella posizione, il potere e il prestigio. Se in qualunque momento avete provato questo senso di totale solitudine, o se avete permesso consciamente, volontariamente a voi stessi di esserne consapevoli, avrete visto l'immediato desiderio di fuggire, di sottrarvi a questo stato. Andate al tempio, adorate un dio, vi gettate in una perenne attività, parlate all'infinito, date spiegazioni razionali o accendete la radio. Lo facciamo tutti e lo sapremmo se fossimo consapevoli di noi stessi. Per capire che la fuga, in qualunque forma, non potrà mai soddisfare questa profonda spinta all'appagamento, per vedere che è un insaziabile pozzo senza fondo, dovete esserne totalmente consapevoli, il che significa vedere la verità che la fuga è illusoria. Potete fuggire attraverso Dio o attraverso l'alcol, ma sono la stessa cosa; uno non è più sacro dell'altro. Dovete comprendere questa spinta nascosta e trascenderla; ma non potete comprenderla e trascenderla se non avete assaggiato questa straordinaria solitudine, questa tenebra che non ha via d'uscita, che è senza speranza. La speranza nasce quando c'è disperazione. Una mente è disperata solo perché è frustrata nelle sue speranze. Per comprendere questa spinta profonda, questo desiderio nascosto, dovete percepirla totalmente, come percepite un albero o un bellissimo fiore. Allora potrete trascenderla e, una volta trascesa, scoprirete una completa solitudine che è assolutamente diversa dall'essere soli. Ma non potete

scoprire questo stato di completa solitudine senza comprendere la spinta profonda all'appagamento, alla fuga dalla solitudine. Tutto ciò può sembrare strano, irreale, e potreste chiedere: "Che cosa ha a che fare tutto ciò con la vita quotidiana?". Io penso che sia intimamente collegato alla vita quotidiana, perché la vostra vita quotidiana è la sofferenza della frustrazione; c'è un continuo sforzarsi per essere, per diventare qualcosa, che è la reale conseguenza di questa spinta profonda, di questo desiderio nascosto. Alla superficie potete seguire una disciplina, controllare la mente, meditare, parlare della pace e di tutto quello che volete, ma è un controsenso finché non comprenderete il desiderio nascosto che vi muove. Questo stato di solitudine è essenziale, perché la nostra mente è logorata dal continuo sforzo. Che cos'è la vostra vita? Cercate continuamente di essere questo e non essere quello, vi sforzate perennemente di diventare famosi, di ottenere un lavoro migliore, di essere più efficienti. È uno sforzo continuo, non è così? Mi chiedo se abbiate visto questa nostra miserabile esistenza: sforzarci sempre di essere qualcosa, di essere buoni, di essere non violenti, parlando all'infinito di pace mentre indulgiamo nell'emotività politica e prepariamo la guerra. La nostra è una vita di sforzo, agitazione, fatica, e una mente in questa condizione non può essere fresca, giovane e nuova. Se avete visto tutto ciò, vi sarete certamente chiesti perché è necessario tutto questo sforzo per vivere in questo mondo. Deve esserci un modo di vivere completamente diverso, una vita senza sforzo, non al livello più infimo, come una mucca, non come un essere umano che fa soltanto ciò che gli piace, ma al livello più alto, un livello in cui non c'è sforzo. Non potete chiedere: "Come fare per realizzare questo stato della mente in cui non c'è sforzo?", perché il desiderio stesso di raggiungere questo stato è un'altra forma di attaccamento e ogni attaccamento è per cose che muoiono o sono morte. Siete attaccati a ciò che è morto, non a ciò che vive. Siete attaccati non a vostra

moglie in quanto essere umano vivente, ma alla moglie dei vostri ricordi più piacevoli. Non potete attaccarvi a un fiume vivente che scorre; siete attaccati al piacere di avere visto quel fiume, che è un ricordo, una cosa morta. C'è un modo di vivere totalmente privo di sforzo. Non vi sto chiedendo di accettare quello che dico. Non ha niente a che fare con l'accettazione o il rifiuto. Il fatto è che non lo conoscete. Tutto ciò che conoscete è lo sforzo, la lotta; vi pungolate continuamente per essere o per non essere qualcosa, e la ricerca aggressiva delle vostre ambizioni, con tutte le sue tensioni e contraddizioni, è il prodotto di questo desiderio nascosto. Non potete rimuovere questo desiderio nascosto autoipnotizzandovi. Dovete guardarlo, ma non potete guardarlo se scappate. Potete guardarlo solo se lo affrontate senza nessuna paura, perché è il fatto. Non imponete al fatto ciò che dovrebbe essere, lasciate che sia il fatto a dirvi che cos'è. Molti di noi affrontano un fatto con un'opinione preconcetta, con conoscenze, credenze; una cosa immatura e infantile. Dovete avvicinarvi al fatto con innocenza, con pienezza del cuore, che è umiltà. Allora il fatto vi dirà che cos'è. Questo desiderio nascosto è straordinariamente profondo e sottile; ma se riuscite a guardarlo senza opinioni, senza nessuna paura, scoprirete di poter andare al di là della sua oscurità, in uno stato in cui la mente è completamente sola e quindi non è più il prodotto dei tanti influssi. Questa solitudine è lo stato dell'attenzione. In questa solitudine, che è lo stato dell'attenzione, non c'è traccia di concentrazione. Essendo sola, non influenzata, non ingabbiata nelle opinioni, la mente è totalmente attenta; è immobile, silenziosa, perfettamente ferma. Ma non potete fermare la mente. Potete ipnotizzarla ripetendo determinate frasi o quietandola con la preghiera, ma questa non è fermezza, è morte. È come mettere la mente in una camicia di forza per immobilizzarla, ma così la mente si deteriora. L'essenziale è comprendere questo profondo desiderio nascosto, che

cambia continuamente; e questa è la sua bellezza. Pensate di averlo compreso, per poi scoprire che si è spostato da un'altra parte. Perciò dobbiamo inseguire questo desiderio nascosto negli oscuri corridoi della mente. Allora viene quella solitudine che è attenzione e che è uno stato realmente immobile. Non uso la parola immobile in opposizione ad attività. Una mente immobile, ferma, non è una mente morta. È una mente attiva, è attività stessa, perché è ferma, e solo questa mente è creativa.

2 - Emozione

Paura

Ciò che porta la libertà dalla paura, e vi assicuro che è una libertà totale, è la consapevolezza della paura senza la parola, senza cercare di negare la paura o di fuggirla, senza aspettare di essere in uno stato diverso. Se siete consapevoli, con totale attenzione, del fatto che c'è paura, scoprirete che osservatore e osservato sono la stessa cosa, che non c'è divisione. Non c'è un osservatore che dice: "Ho paura", c'è solo paura senza la parola che denomina questo stato. La mente non fugge più, non cerca più di liberarsi dalla paura, non tenta più di scoprirne la causa e quindi non è più schiava di questa parola. C'è solo un movimento di conoscenza che è il risultato dell'innocenza, e una mente innocente non ha paura.

Avete delle paure, fisiche o psicologiche? Se abbiamo paure psicologiche, come le affrontiamo? Se ho paura di perdere la mia posizione, il mio prestigio, dipendo dal pubblico, da voi, perché mi sosteniate. Dipendo da voi per sentirmi vivificato parlandovi. E ho paura, invecchiando e perdendo le mie facoltà mentali, di non riuscire più a far fronte alle cose. Ne ho paura. Oppure ho paura di dipendere da voi. La dipendenza mi rende attaccato a voi e ho paura di perdervi. Ho paura di qualcosa che ho fatto in passato e di cui mi pento o mi vergogno; non voglio che voi

veniate a saperlo e così ho paura che lo scopriate. Mi sento in colpa. Oppure provo un'ansia terribile riguardo alla morte, alla vita, a quello che dicono gli altri, a quello che non dicono gli altri, al modo in cui mi vedono; un senso profondo di rovina, angoscia, un senso di inferiorità; e così vivo una vita priva di senso. A causa della mia ansia cerco sicurezza in qualcuno, in un rapporto, oppure cerco sicurezza in una certa credenza, un'ideologia, in Dio e così via. E ho paura di non riuscire a fare tutto quello che vorrei fare in questa vita. Non ne ho la capacità, o l'intelligenza, ma sono terribilmente ambizioso rispetto a qualcosa che voglio raggiungere. E così, anche questo mi fa paura. Poi, ovviamente, ho paura della morte, ho paura di restare da solo, di non essere amato; perciò voglio creare un rapporto con un'altra persona in cui non ci sia questa paura, quest'ansia, questo senso di solitudine, questa separazione. E ho paura del buio, tutte le nostre innumerevoli paure nevrotiche. Che cos'è questa paura? Perché c'è questa paura? Si fonda sul non voler venire feriti, adesso e in futuro? Oppure è perché vogliamo la totale sicurezza e, non riuscendo a trovarla in termini materiali, emotivi, psicologici e intellettuali, non riuscendo a trovare questo senso di totale sicurezza e protezione, diventiamo terribilmente ansiosi nei confronti del vivere? La paura è uno dei nostri principali problemi, che ne siamo consapevoli o no. Che cerchiamo di fuggirla, di nasconderla, di resistervi, di sviluppare coraggio e così via, c'è sempre paura. La mente è così delicata, così sensibile, che non vuole venire ferita, dall'infanzia in avanti. Perciò, non volendo venire ferita, innalza un muro e noi diventiamo molto timidi o aggressivi. Prima che voi mi attacchiate io sono pronto ad attaccare voi, a parole, con il pensiero, perché sono così sensibile, ho ricevuto così tante ferite nella vita, nell'infanzia. In ufficio, in fabbrica, tutti calpestano tutti e io non voglio venire ferito. È questa una delle cause della paura? Siete stati feriti, non è vero? A causa di queste

ferite facciamo ogni tipo di cose, facciamo una forte opposizione, non vogliamo lasciarci turbare. A causa di questo senso di ferita ci afferriamo a qualcosa che speriamo ci protegga. E così divento aggressivo nei confronti di tutto ciò che minaccia quello a cui mi attacco perché mi dia protezione. Che cos'è che, in quanto esseri umani, vi fa paura? È una paura fisica? Paura del dolore fisico? O una paura psicologica del pericolo? Dell'insicurezza? Di venire feriti di nuovo? Di non riuscire a trovare totale sicurezza e certezza? Paura che nasce dal non voler essere dominati, e ciò nonostante siamo dominati? Che cos'è che, in quanto esseri umani, vi fa paura? Siete consapevoli della vostra paura?

Paura, piacere e dolore esistono da tempo immemorabile. L'uomo ha sempre provato nella sua vita queste tre cose: la paura, la ricerca del piacere e il dolore. Evidentemente non le ha ancora superate. Abbiamo tentato ogni metodo, ogni sistema immaginabile. Abbiamo tentato di reprimerle, abbiamo tentato di fuggire, abbiamo tentato di inventare un dio e di affidare tutto a questa cosa inventata. Ma nemmeno questo ha funzionato. Perciò dobbiamo scoprire se il dolore può finire e comprendere la natura del dolore, la causa del dolore. La causa è diversa dalla paura? La causa è diversa dal piacere: il piacere di ottenere, il piacere del possesso, il piacere del potere, il piacere del talento, il piacere della ricchezza? Cerchiamo quindi di scoprire se il dolore e la paura possono finire. La ricerca del piacere è eterna, infinita; non solo del piacere sessuale ma anche del piacere di diventare qualcosa, il piacere di ottenere, il piacere di provare attaccamento per qualcuno, che sia attaccamento a una persona, un'idea o una conclusione. Ma, mentre inseguite il piacere, lo accompagna sempre l'ombra della paura. Dove c'è paura c'è dolore. La paura non è separata dal dolore, vanno assieme, sono interconnessi; perciò dobbiamo affrontarli globalmente, non separatamente. Dovete affrontarli in

modo globale, non in modo frammentario. Se li affrontate in modo frammentario, non li risolverete mai. L'avidità, il dolore, la sofferenza sono un movimento della vita, un totale movimento della vita, non qualcosa di diverso dalla vita. È la nostra vita quotidiana. Per scoprire se c'è una fine a tutto questo, alla pena, al conflitto, al dolore, alla sofferenza e alla paura, dobbiamo prima percepirli, dobbiamo riuscire a esserne consapevoli. Perciò dobbiamo comprendere che cos'è la percezione, come guardare tutto ciò. La mancanza, la solitudine, l'ansia, l'insicurezza e la sofferenza sono diverse dall'osservatore, o tutto questo è l'osservatore? Abbiamo separato il 'me' che osserva da ciò che osserva. Dico che sto soffrendo e dico a me stesso che la sofferenza deve finire; e per mettervi fine devo reprimerla, devo fuggirla, devo seguire un determinato sistema. Così mi rendo diverso dalla paura, dal piacere, dal dolore e dalla sofferenza. Ma siete qualcosa di diverso da tutto ciò? Potreste pensare che in voi c'è qualcosa di completamente differente da tutto questo; ma, se lo pensate, fa parte del vostro pensiero e quindi in esso non c'è niente di sacro. L'osservatore è davvero diverso dall'osservato? Non cadete nell'assurdo. Se vedete un albero e vi chiedete: "Sono diverso da quell'albero?", lo siete, mi auguro. Ma quando siete arrabbiati, invidiosi, brutali e violenti, non siete forse tutto questo? Considerate l'importanza di questo fatto. Abbiamo diviso l'osservatore dall'osservato. Ciò significa che c'è una divisione e quindi c'è conflitto. Lo controllate, lo reprimete, lo combattete; ma se lo siete, se voi siete il dolore, se voi siete la paura, se voi siete il piacere, siete tutto questo agglomerato. Vedere questo fatto è un'enorme verità. Allora non c'è più divisione e quindi non c'è più conflitto. Allora l'osservatore è l'osservato. Avviene così un'azione completamente diversa, avviene un'attività chimica totalmente diversa. Non si tratta di riuscire a vederne la verità intellettualmente, non è un concetto intellettuale di verità, ma è il fatto che non siete diversi

dalle vostre qualità. Non siete diversi dalla vostra rabbia, gelosia e odio: voi siete tutto ciò. Sapete che cosa accade se lo comprendete non verbalmente, ma dentro di voi? Scopritelo. Non sarò io a dirvelo! Guardate come funziona la vostra mente: volete che sia io a dirvelo, non volete scoprirlo da soli. Se ve lo dicessi, lo riterreste giusto o sbagliato, e passereste ad altro. Scoprite invece da voi la verità di ciò: che l'osservatore è l'osservato, che ciò che vede è ciò che è visto. Se guardate la luna piena, la luna non è voi, a meno che non siate lunatici. Ma siete il fascio totale della vostra coscienza. Il contenuto della vostra coscienza è ciò che voi siete, e il contenuto della coscienza è creato dal pensiero. Scoprite non la fine del pensiero, ma come osservarne i contenuti. Se osservate senza divisione, avviene un'azione completamente diversa. Dove c'è amore non c'è osservatore, non c'è un voi e un altro che amate; c'è solo la qualità dell'amore.

Interlocutore: Se, come dite, la paura e il piacere sono connessi, si può rimuovere la paura e quindi godere il piacere completamente?

Krishnamurti: Sarebbe bello, no? Portati via tutte le mie paure così che possa godermi in pace i miei piaceri. Tutti a questo mondo vogliono la stessa cosa, alcuni direttamente, brutalmente, altri sottilmente, astutamente: fuggire la paura e aggrapparsi al piacere. Il piacere: voi fumate, è un piacere, pure vi si nasconde la sofferenza, perché potete buscarvi una malattia. Avete avuto il piacere, come uomo o come donna, sessualmente o altrimenti, il benessere, eccetera: quando l'altro sembra distante, distaccato, voi siete gelosi, vi adirate, vi sentite frustrati, mutilati. Il piacere porta inevitabilmente il dolore (non stiamo dicendo che non possiamo avere il piacere); ma vedete l'intera struttura e saprete allora che la gioia, il vero godimento, la bellezza del godimento, la sua libertà, non ha nulla a che fare con il piacere e quindi con il dolore o la paura. Se

vedrete ciò, la verità di ciò, allora capirete il piacere e gli darete il giusto posto.

I.: Ci sono paure utili, se non altro, alla sopravvivenza?

K.: Certo. Quando vi trovate di fronte a un pericolo fisico, la risposta naturale è proteggersi. È la sopravvivenza fisica; ma si tratta di paura o di intelligenza? Tuttavia noi non applichiamo questa stessa intelligenza alle paure interiori, psicologiche. Molto semplicemente: il mondo si è diviso in nazionalità e gruppi religiosi e politici. Tale divisione provoca guerra, odio. E questa guerra ci sta distruggendo, nonostante noi pensiamo di trarre sicurezza dal nazionalismo. Quando uno si rende conto di tutto questo, l'intelligenza assume un'importanza straordinaria. E voi sapete quando questo tipo di intelligenza è in azione, e può accadere solo quando non c'è paura.

Mary Zimbalist: C'è un punto di cui lei ha parlato tante volte, ma che continua a ritornare nelle domande e nell'interesse delle persone, ed è la paura. Vuole parlarne ancora?

K.: È un argomento molto complesso. Esige realmente una forte capacità di indagine, perché è molto sottile, variegato e astratto. Ma è anche molto reale, benché lo trasformiamo in un'astrazione. C'è la realtà della paura e l'idea della paura, che è la paura trasformata in un'idea astratta. Perciò dobbiamo fare molta chiarezza su ciò di cui stiamo parlando: l'idea astratta di paura o la paura reale. Lei e io, e tutti coloro che siedono qui con noi, in questo momento non abbiamo paura. Non c'è nessun senso di pericolo, di timore. In questo momento non c'è paura. Quindi, la paura è tanto un'astrazione, un'idea, una parola, quanto un fatto. Vediamo in primo luogo questi due aspetti. Perché in genere trasformiamo le cose in astrazioni? Perché vediamo qualcosa di reale e poi lo trasformiamo in un'idea? Perché l'idea è più facile da inseguire? O perché l'ideale è il nostro condizionamento? Siamo stati educati alle idee, o nelle idee, e non ad affrontare i fatti? Perché? Perché gli

esseri umani in tutto il mondo trattano con astrazioni? Ciò che dovrebbe essere, che deve essere, che avverrà eccetera; tutto questo mondo di ideazioni e di ideologie; che sia l'ideologia comunista fondata su Marx o Lenin, oppure le idee capitaliste del cosiddetto libero mercato; o tutto il mondo dei concetti, dei credo e delle idee religiose, e l'elaborazione teologica di queste idee. Perché le idee, gli ideali, sono diventati così straordinariamente importanti? Sin dagli antichi Greci, e ancora prima dei Greci, le idee hanno prevalso. E ancora oggi le idee, gli ideali, separano gli uomini e causano guerre di ogni tipo. Perché il cervello degli esseri umani funziona in questo modo? È perché non sanno affrontare i fatti direttamente e quindi si rifugiano astutamente nelle idee? Se vediamo che le idee sono fattori molto divisivi, che creano attrito, che dividono le comunità, le nazioni, i gruppi, le religioni, e così via, vediamo che le idee, i credo, la fede e tutto questo si basano sul pensiero. Ma i fatti, che cosa sono i fatti? Che cos'è esattamente un fatto, non un'opinione riguardo a un fatto o un'opinione trasformata in fatto?

M.Z: Che cos'è il fatto della paura?

K.: Ci sto arrivando. Prima dobbiamo porre la distinzione tra l'idea della paura, l'astrazione della parola 'paura', e la paura reale. La paura reale è il fatto, non la sua astrazione. Se abbandoniamo l'astrazione, possiamo affrontare il fatto. Ma se le due cose continuano a procedere in modo parallelo, c'è conflitto tra le due cose. Voglio dire che l'idea, l'ideologia, predomina sul fatto e altre volte il fatto predomina sull'idea.

M.Z.: Molti direbbero che il fatto della paura è un'emozione dolorosa.

K.: Osserviamo il fatto (e ci sto arrivando), il fatto della paura reale, e rimaniamo con questo fatto, cosa che richiede una grande disciplina interiore.

M.Z.: Può specificare che cosa intende con 'rimanere con il fatto della paura'?

K.: È come tenere in mano un gioiello, il complesso lavoro di un artista che ha prodotto questo straordinario gioiello. Lo guardiamo, non lo condanniamo, non diciamo: "Che meraviglia!" e ci rifugiamo subito nelle parole, ma continuiamo a guardare questa cosa meravigliosa creata da mani umane, da abili dita e dal cervello che ha prodotto tutta la cosa. Lo guardiamo, lo osserviamo. Lo giriamo, lo osserviamo da tutti i lati, davanti, dietro e di fianco. Lo teniamo lì.

M.Z.: Intende percepirlo con grande attenzione, grande intensità, grande sensibilità?

K.: Con attenzione, proprio così.

M.Z.: Lo sentiamo perché è un'emozione.

K.: Naturalmente. Abbiamo una sensazione di bellezza, la sensazione di un disegno molto complesso, la luce, la brillantezza, il fulgore delle gemme e così via. Possiamo rimanere con il fatto della paura, guardarla in questo stesso modo, senza dire: "Non mi piace la paura" e diventare nervosi, apprensivi, reprimerla, controllarla, negarla o passare a qualcos'altro? Se riusciamo a farlo, rimanendo semplicemente con la paura, la paura diventa un fatto reale, presente, che ne siamo coscienti o no; e anche se l'abbiamo nascosta molto, molto in profondità, è sempre lì. Allora possiamo chiedere, con grande attenzione e cautela, che cos'è questa paura? Perché gli esseri umani, dopo questa immensa evoluzione, vivono ancora nella paura? È qualcosa che può venire rimosso e asportato come un male, un cancro o qualunque altra terribile malattia dolorosa? È qualcosa che si può operare? Il che presuppone un'entità in grado di intervenire, ma questa stessa entità è un'astrazione che cerca di agire sulla paura; e questa entità è irreale. Ciò che è reale è la paura. Richiede una profonda attenzione non cadere nell'astrazione di un qualcuno che dice: "Sto osservando la paura", o "Devo sconfiggere la paura o controllare la paura", e così via. Ciò che osserva è anch'esso un prodotto della paura. Se questo è chiaro, se è

chiaro che l'osservatore, per usare questo vecchio modo di esprimersi, che l'osservatore è l'osservato, che il pensatore è il pensato, che l'agente è l'azione, non c'è più divisione. E se non c'è divisione (un fatto straordinario da comprendere, un fatto, non un'idea che devo capire, il fatto straordinario che non c'è divisione tra osservatore e osservato) non c'è conflitto. Il conflitto c'è quando c'è un osservatore diverso dall'osservato, cosa che fa la maggior parte di noi, vivendo così in un perenne conflitto. Questo invece è diverso. Possiamo guardare la paura e nell'atto stesso di guardare, di osservare, iniziare a scoprire l'origine della paura, il suo inizio, la sua causa? Perché l'atto stesso del guardarla è vedere come si forma. Non analizziamo la paura, perché l'analizzatore è la cosa analizzata; non sezioniamo la paura, ma l'osservazione ravvicinata e delicata rivela il contenuto della paura e il contenuto è l'origine, l'inizio, la causa. Dove c'è una causa c'è una fine. La causa non può mai essere diversa dall'effetto. Nell'osservazione, nel guardare, la causa si rivela.

M.Z.: La causa di cui lei parla non è quella di una paura individuale, particolare, vero? Lei parla della causa della paura stessa.

K.: Della paura stessa, non delle varie forme di paura. Scoprire come infrangere la paura. Fa parte della nostra cultura esaminare un frammento della paura e quindi occuparci solo di un tipo di paura, non dell'intero albero della paura. Non un ramo specifico, non una foglia specifica, ma l'intera natura, la struttura, la qualità della paura. Osservandola da vicino, guardandola, in questa stesso guardare si rivela la sua causa. Non analizziamo per scoprire la causa, ma l'osservazione stessa rivela la causa, che è il tempo e il pensiero. È ovvio. In questo modo diventa molto semplice. Tutti concorderanno sul fatto che si tratta del tempo e del pensiero. Se non vi fosse il tempo né il pensiero, non vi sarebbe paura.

M.Z.: Può parlarne più diffusamente? Molti pensano che vi sia qualcos'altro. Come posso dire? Non vedono che il futuro non esiste, pensano: "Ho paura" in dipendenza di una causa, non vedono il coinvolgimento del fattore tempo.

K.: Penso che sia molto semplice. Se non esistesse il tempo, se non si dicesse: "Ho paura per una cosa che ho fatto nel passato, per un dolore che ho sofferto in passato, perché qualcuno mi ha ferito e non voglio venire più ferito...". Tutto questo è il passato, il bagaglio, che è il tempo. Poi c'è il futuro: "Adesso sono questo ma morirò, perderò il lavoro, mia moglie si arrabbierà con me", e così via. C'è questo passato e il futuro, e noi siamo imprigionati tra le due cose. Il passato è in rapporto al futuro, il futuro non è separato dal passato: è un movimento di modificazione dal passato al futuro, al domani. Questo è il tempo: il movimento del passato, ciò che sono stato in passato e ciò che sarò in futuro, questo continuo divenire. Anche questo è un problema complesso che per il momento non toccheremo. Questa può essere la causa della paura: il divenire. Quindi, il tempo è un fattore, un fattore fondamentale della paura. Non c'è dubbio. Oggi ho un lavoro, oggi ho dei soldi, ho un tetto sulla testa, ma domani o tra centinaia di domani potrei trovarmi senza tutto questo a causa di un incidente, un incendio, la mancanza di un'assicurazione e così via. Tutti questi fattori sono il tempo. Non è la fine del tempo, vediamo che la paura fa parte del tempo. Non chieda: "Posso mettere fine al tempo?", perché è una domanda stupida. Mi perdoni se ho usato il termine 'stupida'. Anche il pensiero è un fattore della paura. Il pensiero 'sono stato', 'sono ma potrò non essere'. Il fattore del pensiero, che è limitato. Questo è un altro punto importante. Il pensiero è limitato perché si basa sulla conoscenza, la conoscenza è sempre cumulativa e ciò che vi viene aggiunto è sempre limitato. Perciò la conoscenza è limitata, il pensiero è limitato perché il pensiero si fonda sul conosciuto, sulla memoria e così via. Il

pensiero e il tempo sono i fattori centrali della paura. Il pensiero non è separato dal tempo. Sono un'unica cosa, non sono divisi, non sono separati. Questi sono fatti. Questa è la causa della paura. È un fatto, non un'idea, non un'astrazione, che il pensiero e il tempo è la causa della paura. Non sono, ma è: al singolare. Allora uno si chiede: come posso fermare il tempo e il pensiero? Perché ha l'intenzione, il desiderio, l'anelito di essere libero dalla paura. Così rimane imprigionato nel suo stesso desiderio di libertà e non guarda con grande attenzione la causa. Guardare implica uno stato del cervello in cui non c'è movimento. È come osservare un uccello: se osserviamo un uccello da vicino (come la colomba che questa mattina si è posata sul davanzale), ne vediamo le penne, gli occhi rossi, la luce negli occhi, il becco, la forma della testa, le ali. Guardiamo con grande attenzione e ciò che guardiamo con grande attenzione rivela non solo la causa, ma anche la fine della cosa che stiamo guardando. Questo guardare è straordinariamente importante. Possiamo chiederci come mettere fine al pensiero, come essere liberi dalla paura o che cos'è il tempo, con tutte le complicazioni di queste domande, ma se guardiamo la paura senza trasformarla in astrazione è il vero adesso, perché l'adesso contiene tutto il tempo. Il presente contiene il passato, il futuro e il presente. In questa qualità del presente possiamo ascoltare con grande attenzione, non solo attraverso l'ascolto delle orecchie, ma ascoltare la parola e andare oltre la parola per vedere la reale natura della paura. Allora non stiamo soltanto leggendo sull'argomento della paura; nell'osservazione, la paura diventa straordinariamente bella, sensibile, viva. Tutto ciò richiede una straordinaria capacità di attenzione, perché nell'attenzione non c'è attività dell'io. Sono gli interessi egoici della nostra vita che producono la paura. Il senso dell'io e le mie preoccupazioni, la mia felicità, il mio successo, il mio fallimento, i miei ottenimenti; sono questo, non sono questo; tutta questa

osservazione centrata sull'io, con tutte le sue manifestazioni di paura, disperazione, depressione, dolore, ansia, aspirazioni e sofferenze, tutto questo è interesse egoico. Che sia in nome di Dio, in nome della preghiera o in nome della fede, è interesse egoico. Dove c'è interesse egoico c'è per forza paura e tutte le conseguenze della paura. Allora ci si chiede: è possibile vivere in questo mondo in cui l'interesse egoico predomina, che si tratti del mondo totalitario, con il suo volere e detenere il potere, o del mondo capitalista che ha anch'esso il suo potere? L'interesse egoico è predominante, tanto nel mondo gerarchico della religione cattolica che nel mondo di qualunque religione, l'interesse egoico è predominante e perciò perpetuano la paura. Anche se parlano di pacem in terris, di vivere in pace su questa terra, non lo intendono davvero, perché l'interesse egoico, con il suo desiderio di potere, posizione, appagamento, e così via, è il fattore che sta distruggendo non solo il mondo, ma anche le straordinarie capacità del cervello. Il cervello ha capacità straordinarie, come rivela il mondo tecnologico, le cose straordinarie che sta facendo. Ma non applichiamo mai queste straordinarie capacità all'interno per essere liberi dalla paura, per mettere fine alla sofferenza, per scoprire con l'intelligenza che cos'è l'amore e la compassione. Non indaghiamo, non esploriamo mai questo ambito; siamo imprigionati nel mondo con tutte le sue miserie.

Che cos'è la paura? Non stiamo trattando con idee, con parole. Stiamo trattando con la vita, con ciò che accade all'interno e all'esterno, il che richiede una mente molto chiara, affilata e precisa. Non potete essere sentimentali o emotivi riguardo a queste cose. Per comprendere la paura occorre chiarezza; non chiarezza su qualcosa da ottenere, ma la chiarezza che nasce quando comprendete che il fatto è infinitamente più importante di qualunque idea. Che cos'è la paura, e non la paura di qualcosa? Esiste una paura di per sé, oppure la paura è sempre collegata a qualcosa? C'è

la paura? Prenderò ad esempio la morte (voi potete usare l'esempio che preferite). C'è paura se non c'è pensiero, cioè se non vi fosse il tempo? Tutti hanno paura della morte. Per quanto cerchino di razionalizzarla, quali che siano le loro credenze, c'è paura della morte. Questa paura è causata dal tempo: non dalla morte, ma dal tempo. Il tempo è l'intervallo tra l'adesso e ciò che accadrà, il che è il processo del pensiero che crea la paura dell'ignoto. È la paura dell'ignoto o la paura di abbandonare le cose che conosciamo? Abbiamo paura della morte. Non stiamo parlando della morte o di ciò che accade dopo la morte; stiamo parlando della paura in relazione alla morte. Mi chiedo: questa paura è causata da qualcosa che non conosco? Ovviamente non conosco la morte. Posso conoscerla, ma non è questo il punto in questione. Posso indagare, scoprire la bellezza o la bruttezza o lo spavento, lo stato straordinario che deve essere la morte. La paura relativa alla morte è causata dalla morte, ovvero dall'essere di fronte all'ignoto? O è causata dalle cose che so che mi verranno tolte? La paura riguarda le cose che mi verranno tolte, il 'me' che scompare nell'oblio. Perciò inizio a proteggermi attraverso tutte le cose che conosco e vivo più intensamente in esse, mi afferro alle cose invece di diventare consapevole dello sconosciuto. Di che cosa ho paura? Non di essere di fronte all'ignoto, ma di dover affrontare qualcosa che potrebbe accadermi quando mi verranno tolte le cose che ho care, che mi sono vicine. È di questo che ho paura, non della morte. Ma che cos'ho in realtà, e non in teoria? Non so se vi siate mai posti questa domanda fondamentale per scoprire che cosa siete. Vi siete posti questa domanda e avete trovato una risposta? C'è una risposta? Se c'è una risposta, non è nei termini di quello che conoscete già. Quello che conoscete è il passato, il passato è il tempo e il tempo non è 'voi'. Il 'voi' cambia. Una cosa viva non genera mai paura. È la cosa passata, o la cosa che dovrebbe essere, che produce paura. Siamo intrappolati

nelle parole. Perché è diventata importante la parola e non la cosa? Perché potete giocare con le idee, ma non potete giocare con il fatto. Siamo schiavi delle parole. Quindi, per comprendere la paura, deve esserci consapevolezza della parola e del contenuto della parola, il che significa che la mente deve essere libera dalle parole. La libertà dalle parole è uno stato straordinario. Essere consapevoli del simbolo, della parola, del nome, è consapevolezza del fatto in una dimensione diversa, se posso usare questa parola. Sono consapevole del fatto della paura attraverso la parola e so perché la parola viene in essere. È una fuga, è tradizione, è l'ambiente in cui sono stato allevato: negare la paura e sviluppare il coraggio, il suo opposto. E tutto il resto. Quando comprendo tutte le implicazioni della parola c'è la consapevolezza del fatto, che è qualcosa di completamente diverso.

Questo mondo non ha bisogno di politici o di altri ingegneri, ma di esseri umani liberi. Ingegneri e scienziati possono essere necessari, ma a mio parere il mondo ha bisogno di esseri umani liberi, creativi, che non hanno paura, mentre la maggior parte di noi è mossa dalla paura. Se scendete in profondità nella paura e la comprendete realmente, scoprirete l'innocenza e quindi la mente sarà chiara. Questo è ciò di cui abbiamo bisogno e per questo è molto importante capire come guardare un fatto, come guardare la paura. Questa è la totalità del problema: non come sbarazzarsi della paura, non come diventare coraggiosi, non che cosa fare riguardo alla paura, ma rimanere pienamente con il fatto. Volete essere pienamente, totalmente nell'onda del piacere, non è vero? E lo siete. Quando siete nel momento del piacere non c'è condanna, giustificazione o rifiuto. Non c'è il fattore tempo nel momento in cui provate piacere fisico, sensoriale; tutto il vostro essere vibra assieme ad esso. Non è forse così? Quando siete nel momento dell'esperienza non c'è il tempo. Quando siete profondamente arrabbiati, o quando siete

pieni di desiderio, non c'è il tempo. Il tempo, e il pensiero, interviene solo dopo il momento dell'esperienza, quando dite: "Che bello!" o "Che orrore!". Se è stato bello, ne volete ancora; se è stato orribile, spaventoso, cercherete di evitarlo; e così incominciate a spiegare, giustificare o condannare, tutti fattori del tempo che vi impediscono di guardare il fatto. Avete mai guardato la paura? Vi prego, ascoltate questa domanda attentamente. Avete mai guardato la paura? O, nel momento in cui siete consapevoli della paura, siete già in uno stato di fuga dal fatto? Lo approfondirò meglio e capirete che cosa intendo. Noi denominiamo, diamo un nome alle nostre sensazioni. Dicendo: "Sono arrabbiato", abbiamo dato un nome, una definizione, un'etichetta a una particolare sensazione. Vi prego, osservate la vostra mente con chiarezza. Quando provate una sensazione le date un nome e la chiamate rabbia, lussuria, amore o piacere. Non fate così? Questo denominare la sensazione è un processo dell'intelletto che vi impedisce di guardare il fatto, ovvero la sensazione. Se vedete un uccello e vi dite che è un pappagallo, un piccione o un corvo, non state vedendo l'uccello. Avete già smesso di guardare il fatto, perché la parola 'pappagallo', 'piccione' o 'corvo' si è interposta tra voi e il fatto. Non si tratta di nessuna ardua prodezza intellettuale, ma di un processo della mente che va semplicemente compreso. Se volete calarvi nel problema della paura, nel problema dell'autorità, nel problema del piacere o nel problema dell'amore, dovete vedere che dare un nome, applicare un'etichetta, vi impedisce di guardare il fatto. Capite? Vedete un fiore e dite che è una rosa, e nel momento in cui lo denominate la vostra mente si distrae: non date più la vostra piena attenzione al fiore. Perciò denominare, etichettare, verbalizzare e applicare simboli impedisce la totale attenzione al fatto. Può la mente, che è drogata dai simboli e la cui natura stessa è la verbalizzazione, smettere di verbalizzare e guardare il fatto? Non chiedete: "Come si

fa?", ma ponete la domanda a voi stessi. Ho una sensazione e la chiamo paura. Dandole un nome l'ho collegata al passato; e così la memoria, la parola, il simbolo mi impedisce di vedere il fatto. Può la mente, il cui processo del pensiero è quello di verbalizzare, di applicare nomi, guardare il fatto senza denominarlo? Dovete scoprirlo da voi, non posso dirvelo io. Se ve lo dicessi e se voi lo faceste, stareste seguendo un altro e non sarete mai liberi dalla paura. L'importante è essere totalmente liberi dalla paura e non esseri umani semi-morti, persone corrotte e infelici che hanno eternamente paura della loro ombra. Per comprendere il problema della paura dovete scendervi dentro in profondità, perché la paura non è solo alla superficie della mente. La paura non è solo la paura degli altri o di perdere il lavoro; è molto più profonda e comprenderla richiede penetrarla in profondità. Per penetrare in profondità è necessaria una mente molto affilata, ma la mente non si può affilare mediante la semplice argomentazione o la fuga. Bisogna entrare nel problema un passo alla volta, per questo è così importante comprendere l'intero processo della denominazione. Se denominate un gruppo di persone chiamandole 'musulmane', o quello che volete, è come se ve ne foste sbarazzati. Non dovete più vederle come individui. Il nome, la parola, vi ha impedito di essere esseri umani in rapporto con altri esseri umani. Allo stesso modo, quando date un nome a una sensazione non state più guardando la sensazione, non siete più totalmente con il fatto. Vi sono innumerevoli vie di fuga dalla paura; ma se fuggite, se scappate, la paura vi inseguirà sempre. Per essere completamente liberi dalla paura dovete comprendere il processo del denominare e capire che la parola non è mai la cosa. La mente deve essere capace di separare la parola dalla sensazione, senza lasciare che la parola interferisca con la percezione diretta della sensazione, che è il fatto. Quando siete arrivati a questo punto, quando siete scesi a

questa profondità, scoprirete che nell'inconscio, negli oscuri recessi della mente, è nascosto un senso di totale solitudine, di isolamento, che è la causa basilare della paura. Anche qui, se lo evitate, se scappate dicendo che vi fa troppa paura, se non vi entrate dentro senza dargli un nome, non lo supererete mai. La mente deve rimanere faccia a faccia con il fatto della totale solitudine interiore, senza assolutamente intervenire su questo fatto. Questa cosa straordinaria che chiamiamo solitudine è l'essenza stessa dell'io, del 'me', con tutti i suoi imbrogli, le sue astuzie, le sue sostituzioni, la sua rete di parole in cui la mente rimane imprigionata. Solo quando la mente è capace di andare al di là di questa assoluta solitudine c'è libertà, totale libertà dalla paura. E solo allora scoprirete da voi che cos'è la realtà, questa infinita energia priva di inizio e di fine. Finché la mente dissemina le sue paure in termini di tempo, non potrà comprendere ciò che è senza tempo.

Isolamento

Non so se vi siete mai sentiti isolati, sentendo improvvisamente di non avere un rapporto con nessuno (non una comprensione intellettuale, ma una comprensione reale, una cosa concreta come questo microfono) e di essere completamente separati. Ogni forma di pensiero o emozione è bloccata. Non c'è nessuno a cui rivolgersi; gli dèi, gli angeli se ne sono andati oltre le nuvole e, scomparendo le nuvole, sono scomparsi anch'essi. Siete completamente isolati. Non uso la parola 'soli', perché 'solo' ha un significato diverso, ha una bellezza. Essere soli indica qualcosa di completamente diverso. E dovete essere soli. Quando una persona si libera dalla struttura sociale dell'avidità, dell'invidia, dell'ambizione, dell'arroganza, dell'ottenimento e dello status, quando si libera da tutto ciò, allora è completamente sola. Per questo è totalmente diverso. Allora c'è una grande bellezza, il senso di una grande energia. Ma l'isolamento non è questo. Isolamento è

appunto il senso di essere isolati da tutto. Non so se l'avete provato. Più siete svegli, più indagate, osservate, chiedete e domandate, più ne diventate consapevoli: nel profondo della vostra coscienza, a tutti i livelli, vi sentite completamente tagliati fuori. E c'è una delle più grandi sofferenze: non essere capaci di andare oltre e rimanere intrappolati in questa terribile sensazione di isolamento, con la sua immensa energia. Ha una vitalità, una spinta, un'insistenza, una bruttezza; e noi fuggiamo in qualunque modo. Possiamo essere terribilmente intelligenti e scrivere dei libri su questo senso di isolamento, oppure fuggire, correre a divertirci e non entrare mai in contatto con questa sensazione. Perciò rimane lì, nascosta; rimane in attesa come una ferita purulenta. Bisogna entrare in contatto con essa, non verbalmente ma nella realtà. Questo isolamento è una forma di morte. C'è morte non solo quando la vita giunge al termine, ma quando non c'è risposta, non c'è via d'uscita. Anche questa è una forma di morte: essere nella prigione della vostra infinita attività incentrata sull'io, essere imprigionati nei vostri pensieri, nel vostro strazio, nelle vostre superstizioni, nella vostra mortale routine quotidiana. E continueremo a farlo per altri cinquant'anni o più, le stesse brutali attività incentrate sull'io: ambizione, competizione, ricerca di status, posizione, potere, avidità e invidia.

Viviamo nella pressione delle famiglie, del rapporto reciproco. C'è la pressione sessuale, le richieste scambievoli, la dipendenza possessiva, attaccamento, gelosia, ansia, odio, e così via. Perché gli esseri umani di tutto il mondo vivono in questo modo? È perché sono così pigri, insensibili e indifferenti da parlare di rapporti senza assegnare a questa parola nessun significato? È abitudine, tradizione o il fatto che non sappiamo che cosa fare? Forse è uno dei motivi per cui gli esseri umani accettano di vivere in questo conflitto. Che cosa intendiamo con la parola 'rapporto'? Con 'essere in rapporto', 'essere in contatto'?

Dire di essere in contatto con qualcuno, non solo fisicamente, sessualmente, ma molto di più, cioè psicologicamente, implica essere davvero in contatto psicologico con un altro. È così? O siete in contatto con l'immagine che avete proiettato dell'altro, l'immagine che il pensiero ha creato durante trenta o quarantanni di rapporto, intimo o no, o durante una relazione durata dieci giorni? Create un'immagine dell'altra persona e questa immagine viene proiettata dalla memoria, dall'esperienza, dalla conoscenza che avete accumulato riguardo a quella persona. Questa conoscenza è immagazzinata nel cervello e diventa memoria, e così guardate quella donna o quell'uomo attraverso la conoscenza che avete raccolto su di lei o su di lui. Poi proiettate sulla persona questa conoscenza e vedete l'immagine che avete proiettato; pensate di essere in contatto con quella persona, ma in realtà siete soltanto in contatto con l'immagine che il pensiero ha proiettato.

Credo che quasi tutti noi siamo consapevoli di tanto in tanto, forse molto raramente, perché siamo così tremendamente attivi che la mente è vuota. Essendone consapevoli, abbiamo paura di quel vuoto. Non abbiamo mai esaminato questo stato di vuoto, non vi siamo mai entrati in profondità. Ne abbiamo paura e lo rifuggiamo. Gli abbiamo dato un nome, lo definiamo 'vuoto', 'terribile', 'doloroso', e questa stessa denominazione ha creato una reazione nella mente, una paura, un rifiuto, una fuga. Può la mente smettere di fuggire e non dare un nome, non assegnare significati verbali come 'vuoto', legati a ricordi di piacere e dolore? Possiamo guardarlo, può la mente essere consapevole di questo vuoto senza fuggire, senza giudicarlo, ma semplicemente rimanendo con esso? Perché allora è la mente. Non c'è un osservatore che guarda, non c'è un censore che condanna, c'è solo quello stato di vacuità, che conosciamo benissimo ma che cerchiamo continuamente di evitare, di riempirlo di attività, di

adorazione, di preghiera, di conoscenza, di qualunque forma di illusione e di eccitazione. Quando tutte le eccitazioni, le illusioni, le paure e le fughe finiscono, e voi non date più un nome e quindi non condannate, l'osservatore è diverso dalla cosa osservata? Dando un nome, condannando, la mente ha creato un censore, un osservatore esterno a se stessa. Ma quando la mente non dà un nome, una definizione, non condanna e non giudica, non c'è osservatore; c'è solo lo stato di quella cosa che abbiamo chiamato 'vuoto'.

Mi chiedo se siamo consapevoli di dipendere psicologicamente dagli altri. Non che dipendere dagli altri sia necessario, giustificato o sbagliato, ma in primo luogo siamo consapevoli di essere dipendenti? Molti di noi sono psicologicamente dipendenti, non solo dalle persone ma dalle proprietà, dalle opinioni, dai dogmi. Siamo consci di questo fatto? Se sappiamo di dipendere da qualcosa per la nostra felicità psicologica, per la nostra stabilità interiore, per la nostra sicurezza, possiamo chiederci perché. Perché dipendiamo psicologicamente da qualcosa? Ovviamente, perché dentro di noi siamo manchevoli, poveri, vuoti. Dentro di noi siamo straordinariamente isolati ed è questo isolamento, questo vuoto, questa estrema povertà e chiusura interiore che ci rende dipendenti da una persona, dalla conoscenza, dai possessi, dalle opinioni e da tutte le cose che riteniamo indispensabili. Può la mente essere pienamente consapevole del fatto di essere isolata, manchevole, vuota? È molto difficile essere consapevoli, essere pienamente consci di questo fatto, perché lo fuggiamo continuamente; lo fuggiamo temporaneamente ascoltando la radio o attraverso altre forme di distrazione, andando in chiesa, celebrando riti, acquisendo conoscenza e attraverso la dipendenza da persone e idee. Per conoscere il vostro vuoto dovete guardarlo, ma non potete farlo se la vostra mente cerca continuamente distrazioni al fatto di essere vuota. E queste distrazioni assumono la

forma dell'attaccamento a una persona, all'idea di Dio, a un dogma o una credenza specifica, e così via. Può la mente smettere di fuggire, di scappare, senza limitarsi a chiedere come fare per smettere di fuggire? Infatti, la stessa domanda 'come fa la mente a smettere di fuggire?' diventa un'altra fuga. Se so che una certa strada non porta da nessuna parte, non la imbocco; non ho bisogno di chiedere come si fa a non imboccarla. Allo stesso modo, se so che nessuna fuga, nessuna evasione potrà mai risolvere questo isolamento, questo vuoto interiore, smetto di fuggire, smetto di cercare distrazioni. Allora la mente può guardare il fatto del suo isolamento senza paura. È nel processo di fuggire che la paura si manifesta. Quando la mente comprende la futilità, l'assoluta inutilità di tentare di riempire il proprio vuoto attraverso la dipendenza, la conoscenza e le idee, allora può guardare senza paura. E può la mente continuare a guardare quel vuoto senza nessun giudizio? Quando la mente è pienamente consapevole che sta fuggendo, scappando da se stessa; quando comprende l'inutilità di fuggire e vede che lo stesso processo del fuggire crea la paura; quando vede la verità di tutto ciò, allora può vedere ciò che è. Che cosa intendo con 'vedere ciò che e? Intendo starvi davanti, guardarlo giudicandolo, interpretandolo o formando opinioni? Opinioni, giudizi e interpretazioni impediscono soltanto alla mente di guardare il fatto. Se volete comprendere il fatto, non serve farsi delle opinioni su di esso. Possiamo quindi guardare, senza nessun giudizio, il fatto del nostro vuoto, del nostro isolamento psicologico, che crea così tanti problemi? Penso che la difficoltà stia nell'incapacità di guardare noi stessi senza giudizio, senza condanna, senza fare paragoni, perché ci è stato insegnato a paragonare, giudicare, valutare e a formarci opinioni. Solo quando la mente vede l'inutilità, l'assurdità di tutto questo, è in grado di guardare se stessa. Allora, ciò che temevamo fosse vuoto, isolato, non è più vuoto. Allora non c'è più dipendenza

psicologica da niente; allora l'amore non è più attaccamento ma qualcosa di completamente diverso e il rapporto assume un altro significato. Per scoprirlo da soli, e non limitarci a ripeterlo verbalmente, dobbiamo comprendere il processo della fuga. Nella comprensione stessa della fuga c'è la fine della fuga, e allora la mente può guardare se stessa. Nel guardare se stessa, non deve esserci giudizio, valutazione. Allora il fatto diventa importante di per sé e c'è totale attenzione, senza più desiderio di distrazioni; e così la mente non è più vuota. La totale attenzione è il bene.

Da piccolo dipendo dai miei genitori; crescendo dipendo dalla società, dal lavoro, dalle mie capacità; se tutto ciò mi manca, dipendo dalla fede. C'è sempre una dipendenza, una fede in qualcosa. Questa dipendenza mi sostiene, mi dà forza, energia; ma le dipendenze sono sempre accompagnate dalla paura e così creo un continuo conflitto. Oppure, non avendo fede, coltivo la coerenza, vivere in modo coerente con le mie idee, ma questa stessa coerenza pregiudica la fiducia in me stesso. Più sono coerente e meno sono forte, vitale, preciso. La coerenza, l'essere coerenti rispetto a una forma, a una certa attività, è ciò che molti di noi cercano per rafforzare la fiducia in se stessi. Qualunque cosa tentiamo, c'è sempre questo desiderio di dipendere da qualcosa che ci dia forza: una persona, un'idea, un partito politico, un sistema o un'esperienza. Perciò c'è sempre dipendenza da qualcosa che ci sostenga; ma, più dipendiamo, più coltiviamo la paura. La dipendenza nasce perché dentro di noi siamo insufficienti, dentro di noi siamo vuoti, isolati. Dipendo e quindi coltivo la fede, perciò devo accumulare più conoscenza; e più diventiamo civilizzati, più diventiamo colti, in termini materiali o spirituali, o abbiamo fede o diventiamo cinici. Per molti di noi la fiducia in se stessi è indispensabile e per molti di noi la fiducia è semplicemente la continuazione di un'esperienza o la continuazione della conoscenza. Ma la fiducia in se stessi

libera la mente dai suoi condizionamenti? Questa fiducia, derivata dallo sforzo, porta la libertà o non fa altro che condizionare la mente? È possibile liberare la mente, rimuovere tutte le dipendenze? Il che significa: posso essere consapevole del mio isolamento, del mio assoluto vuoto, della mia fuga da esso, senza essere coerente con nessuna forma particolare di conoscenza o di esperienza? Questo è il nostro problema, non è vero? Quasi tutti fuggiamo da quello che siamo, coltiviamo varie forme di virtù perché ci aiutino a fuggire. Coltiviamo forme diverse di sicurezza, conoscenza, esperienza; dipendiamo dalla fede. Ma dietro tutto ciò c'è un senso di enorme isolamento; e solo se riusciamo a guardarlo, a vivere con esso, a comprenderlo pienamente, diventa possibile agire senza produrre tutta una serie di sforzi che condizionano la mente a un particolare tipo di azione. Vi prego, ascoltate attentamente e lo vedrete da voi. Per tutta la vita cerchiamo di essere coerenti con un particolare pensiero o un modello di pensiero; questo desiderio di coerenza crea energia, spinta, ci dà forza; e restringe la mente. Una mente coerente è una mente piccola, una mente meschina. Una mente piccola ha un'immensa capacità di energia; ricava una forza immensa dalla sua piccineria e così la nostra vita diventa piccola, limitata, ristretta. Possiamo vedere questo processo di dipendenza da cui ricaviamo forza e in cui c'è conflitto, in cui c'è paura, invidia, gelosia, competizione e questo continuo restringere tutti i nostri sforzi che provoca una continua paura? È possibile guardare, essere consapevoli del nostro isolamento, del nostro vuoto e capirlo senza cercare di fuggire? Comprenderlo non significa condannarlo, ma esserne passivamente consapevoli, ascoltare l'intero contenuto di questo isolamento. Significa andare realmente oltre l'io, oltre il 'me', e di qui agire; perché il nostro agire attuale avviene entro i confini del 'me'. Può venire ampliato, allargato, ma è sempre il 'me' che si identifica con una persona o un ideale.

Questa identificazione ci dà la forza per agire, per fare, per essere, e questa stessa identificazione rafforza il 'me', l'io, in cui c'è perenne conflitto, perenne dolore. E così tutte le nostre azioni conducono alla frustrazione. Riconoscendo questo fatto ci rivolgiamo alla fede, ci rivolgiamo a Dio in quanto fonte di forza; ma anche questo è un ampliamento del 'me', un rafforzamento del 'me', perché è il 'me' che fugge da se stesso, dall'isolamento che ha dentro. Se siamo capaci di guardare questo isolamento senza condanna o giudizio; vedere, comprendere, ascoltare l'intero contenuto del 'me', di questo isolamento; solo allora è possibile avere una forza che non è del 'me'. Solo allora è possibile creare un mondo diverso o una cultura diversa.

Scontentezza

Vi siete mai chiesti perché le persone, invecchiando, sembrano perdere ogni gioia nella vita, il gioioso annuncio di qualcosa al di là, qualcosa di maggiore significato? Perché molti di noi, entrando nella cosiddetta maturità, diventano sordi, insensibili alla gioia, alla bellezza, ai cieli aperti e a questa terra meravigliosa? Se ci poniamo questa domanda, molte spiegazioni vengono alla mente. Perché siamo troppo preoccupati per noi stessi: questa è una spiegazione. Perché lottiamo per diventare qualcuno, per raggiungere e conservare una certa posizione; abbiamo dei figli e tante altre responsabilità; dobbiamo fare soldi. Tutte queste cose presto ci schiacciano e perdiamo la gioia di vivere. Guardate i volti degli anziani attorno a voi, guardate come sono tristi, segnati dalle preoccupazioni, quasi malati; come sono chiusi, soli, a volte nevrotici, senza un sorriso. Non vi chiedete perché? E, anche se ce lo chiediamo, la maggior parte di noi si accontenta di una mera spiegazione. Ieri pomeriggio ho visto un'imbarcazione risalire il fiume, a vele gonfie, spinta dal vento di ponente. Era grande e carica di legna da ardere che portava in città. Il sole stava tramontando e la barca si stagliava contro di esso. Non

c'era nessuno sforzo, perché il vento faceva tutto il lavoro. Così, se comprendessimo il problema dello sforzo e del conflitto, credo che potremmo vivere senza sforzo, felicemente, con un sorriso sul volto. Penso che sia lo sforzo che ci distrugge, questa lotta a cui dedichiamo quasi ogni momento della nostra vita. Se guardate gli anziani attorno a voi, vedrete che per la maggior parte di loro la vita è stata una serie di battaglie con se stessi, con le mogli o i mariti, con gli altri, con la società; e questa lotta incessante dissipa l'energia. La persona gioiosa, davvero felice, non si fa imprigionare nello sforzo. Essere privi di sforzo non significa ristagnare, essere stupidi o ottusi; al contrario, solo la persona saggia, estremamente intelligente, è libera dallo sforzo, dalla lotta. Vedete, quando sentiamo parlare di assenza di sforzo vorremmo essere anche noi così, vogliamo raggiungere uno stato in cui non c'è sforzo, conflitto; lo trasformiamo in uno scopo, in un ideale, e lottiamo per raggiungerlo. Nel momento stesso in cui facciamo così, abbiamo perduto la gioia di vivere. Siamo di nuovo imprigionati nello sforzo, nella lotta. L'oggetto della lotta cambia, ma qualsiasi lotta è essenzialmente identica. Possiamo lottare per introdurre delle riforme sociali, per trovare Dio, per creare un rapporto migliore tra noi e nostra moglie o nostro marito, o con i nostri conoscenti. Possiamo sederci sulle rive del Gange e venerare i piedi di qualche guru, e così via. Tutto questo è sforzo, lotta. Quindi, l'importante non è l'oggetto dello sforzo, ma la comprensione dello sforzo. Può la mente essere consapevole non solo ogni tanto del fatto che in quel dato momento non sta lottando, ma essere totalmente libera dalla lotta in qualunque momento, scoprendo così uno stato di gioia in cui non c'è il senso del superiore e dell'inferiore? La nostra difficoltà è che la mente si sente inferiore e per questo si sforza per essere o diventare qualcosa, o per superare i suoi tanti desideri contraddittori. Ma non diamoci spiegazioni sul perché la mente è piena di lotta.

Ogni essere pensante conosce i motivi della lotta, all'interno e all'esterno. La nostra invidia, l'avidità, l'ambizione e la competizione che conducono a una spietata efficienza, sono questi gli ovvi fattori che ci spingono alla lotta, in questo mondo o nel mondo a venire. Non dobbiamo leggere i testi di psicologia per capire perché lottiamo, e la cosa sicuramente importante è scoprire se la mente può essere del tutto libera dalla lotta. In definitiva, quando lottiamo, il conflitto è tra ciò che siamo e ciò che vorremmo o dovremmo essere. Ora, senza darci spiegazioni, possiamo comprendere l'intero processo della lotta, in modo che giunga a fine? Può la mente essere priva di sforzo, come quella barca spinta dal vento? Questa è certamente la domanda, e non come raggiungere uno stato in cui non c'è sforzo. Lo sforzo stesso per raggiungere questo stato è un processo di lotta, e quindi quello stato non verrà mai raggiunto. Ma se osservate momento per momento come la mente precipita in una perenne lotta, se osservate semplicemente il fatto senza cercare di alterarlo, senza cercare di forzare la mente in uno stato che chiamate pace, allora scoprirete che la mente smette spontaneamente di lottare, e in quello stato può imparare moltissimo. Allora l'apprendimento non è più un processo di raccolta di informazioni, ma la scoperta delle straordinarie ricchezze che vanno al di là delle migliori speranze della mente. E, per la mente che fa questa scoperta, c'è gioia. Osservate voi stessi e vedrete che non fate che lottare dal mattino alla sera, e come la vostra energia vada sprecata in questa lotta. Se vi limitate a darvi spiegazioni sul perché lottate, vi perderete nelle spiegazioni e la lotta continuerà. Se invece osservate la mente in silenzio, senza dare spiegazioni, se lasciate che la vostra mente sia consapevole della sua stessa lotta, scoprirete presto che c'è uno stato completamente privo di lotta, pieno di una stupefacente attenzione. In questo stato di attenzione non c'è nessun senso di superiore e inferiore, non c'è un grand'uomo o un piccolo uomo, non

c'è nessun guru. Tutte queste assurdità sono finite, perché è pienamente sveglia; e la mente pienamente sveglia è gioiosa.

La scontentezza è la lotta per avere 'di più', e la contentezza è la cessazione di questa lotta. Ma non potete giungere alla contentezza senza comprendere l'intero processo del 'di più' e perché la mente lo vuole. Lottiamo per ottenere qualcosa e non ci fermiamo mai per chiederci se vale la pena lottare per ciò che inseguiamo. Non ci siamo mai chiesti se è degno di sforzo, per questo non abbiamo ancora scoperto che non lo è e non ci siamo mai opposti all'opinione dei nostri genitori, della società, dei maestri e dei guru. Solo se comprendiamo l'intero significato del 'di più' smettiamo di pensare in termini di successo e fallimento. Abbiamo così paura di fallire, di commettere errori. Commettere un errore è considerato terribile, perché ci criticheranno, ci rimprovereranno. Ma, in fondo, perché non dovreste commettere errori? Il mondo cesserebbe di essere questo terribile disordine se non commetteste mai un errore? L'imitazione è una forma di furto: voi non siete niente ma quella persona è qualcuno, perciò volete avere una parte del suo splendore imitandola. Questa corruzione percorre tutta la vita umana e pochissimi ne sono liberi. Quindi, l'importante è scoprire se il vuoto interiore può essere riempito. Finché la mente cerca di riempirsi sarà sempre vuota. Quando la mente non è più preoccupata di riempire il proprio vuoto, solo allora questo vuoto ha fine.

La mente chiede in continuazione di più e tutta la nostra civiltà si basa sull'acquisizione del di più, sulla richiesta di più possessi, più denaro, di più e sempre di più; perciò c'è sempre paragone, c'è infinita lotta. Conoscendo l'invidia, diciamo che dobbiamo coltivare la non invidia, che è un'altra forma di più al negativo. È possibile per la mente non pensare in termini di più, non paragonare e non giudicare ciò che è? Non è stagnazione; al contrario,

quando la mente non cerca il di più, quando non paragona, non siete più coinvolti nel tempo. Il tempo implica il 'di più': 'domani diventerò qualcosa', 'in futuro sarò felice', 'sarò ricco', 'sarò appagato', 'sarò amato', 'amerò', e così via. La mente che paragona, la mente che chiede di più, è la mente del tempo, del domani; non è così? Quindi, quando questa mente dice 'non devo essere invidiosa', è un'altra forma di tempo. Un'altra forma di paragone è: 'ero questo, sarò almeno quello'. Può la mente che vuole di più cessare completamente la richiesta di avere di più, che è invidia? Capite il problema? Il problema non è come essere liberi dall'invidia, che è una faccenda di poco conto, ma come non pensare in termini di più, come non pensare paragonando, come non pensare in termini di tempo, come non pensare 'io sarò'. Può la mente smettere di pensare in termini di più? Non dite che è impossibile. Non lo sapete. Tutto ciò che conoscete è il più: più conoscenza, più importanza, più vestiti, più possessi, più amore. Se non riuscite ad averne di più, ne volete almeno un pò di meno e poi almeno un altro pò di meno. È possibile per la mente non pensare in questi termini? Per prima cosa ponetevi questa domanda. Non vi serve che io sia libero dall'invidia. Può la mente smettere di pensare in termini di più? Ponete questa domanda e ascoltate: non solo in questo momento ma quando sarete tornati a casa, sul tram, in autobus, camminando, vedendo un sari. Quando vedete qualcuno alla guida di una grossa automobile, un grande politico, un grande uomo d'affari, ponete questa domanda e ascoltate. Allora scoprirete la verità, scoprirete che la verità libera la mente dal 'di più'. Allora la mente non sarà più la mente che si sforza con la volontà di spogliarsi del più. Se la mente si sforza volontariamente di non volere il di più, è una forma di negazione di questa stessa cosa, il più; e in questo comportamento non c'è una risposta. Ma se ponete la domanda, potete ascoltare solo se non c'è giudizio, se non cercate un risultato, se non tentate di usarla per produrre

una determinata azione. Solo se ascoltate è possibile che la verità venga alla luce, liberando la mente dal di più.

Camminavamo in un giardino pubblico accanto a un grande hotel. Il cielo a occidente era di un blu dorato e accanto c'era il rumore degli autobus e delle auto che passavano. C'erano giovani piante piene di promesse, annaffiate ogni giorno. Stavano ancora costruendo, creando il giardino e un uccello volava nel cielo battendo rapidamente le ali prima di scendere in picchiata a terra. A est sorgeva la luna piena. Ma la bellezza non era nessuna di queste cose: era la vuota immensità che sembrava sostenere la terra. La bellezza era un povero a testa china che portava una piccola bottiglia di petrolio.

Krishnamurti: Che cos'è la sofferenza in questo Paese? Come affronta la sofferenza la gente di questo Paese? Fuggono la sofferenza attraverso la spiegazione del karma? Come reagisce la mente in India davanti alla sofferenza? I buddhisti la affrontano in un modo, i cristiani in un altro. E la mente induista? Si oppone alla sofferenza, fugge? Oppure la mente induista la razionalizza?

Popul Jayakar: Ci sono davvero molti modi di affrontare la sofferenza? La sofferenza è dolore, dolore della morte, dolore della separazione. È possibile affrontare questo dolore in modi diversi?

K.: Ci sono molte vie di fuga dalla sofferenza, ma un unico modo per affrontarla. Le vie di fuga, che conosciamo tutti, sono in realtà modi per evitare l'immensità della sofferenza. Ricorriamo a varie spiegazioni per affrontare la sofferenza, ma queste spiegazioni non rispondono alla domanda. L'unico modo per affrontare la sofferenza è non fare resistenza, non fare nessun movimento di fuga dalla sofferenza, internamente ed esternamente: rimanere totalmente con la sofferenza, senza volerla superare.

P.J.: Qual è la natura della sofferenza?

K.: C'è la sofferenza personale, la sofferenza causata dalla perdita di una persona cara, l'isolamento, la

separazione, la preoccupazione per l'altro. Con la morte c'è il senso che l'altro ha cessato di esistere, e voleva fare ancora tante cose! Tutto ciò è sofferenza personale. Poi c'è quell'uomo, stracciato, sporco, a testa china; è ignorante, ignorante non solo rispetto alla conoscenza libresca, ma realmente ignorante, nel profondo. Il sentimento che proviamo per quell'uomo non è autocommiserazione, né c'è identificazione con lui; non si tratta del fatto che lei sia in una posizione migliore e quindi provi pietà per lui, ma la sensazione è quella del peso infinito della sofferenza nell'uomo. Questa sofferenza non è personale. Esiste.

P.J.: Mentre lei parlava, dentro di me era in atto il movimento della sofferenza. Non c'è una causa diretta per questa sofferenza, è come un'ombra che segue l'uomo ovunque. Vive, ama, crea attaccamenti, poi tutto finisce. Qualunque sia la verità di ciò che lei dice, in essa c'è l'infinità della sofferenza. Come può finire? Sembra non esserci risposta. L'altro giorno, lei ha detto che nella sofferenza c'è l'intero movimento della passione. Che cosa significa?

K.: C'è una relazione tra sofferenza e passione? Mi chiedo che cosa sia la sofferenza. Esiste una sofferenza priva di causa? Conosciamo la sofferenza che è causa ed effetto. Mio figlio muore. In ciò è inclusa la mia identificazione con mio figlio, il mio desiderio che sia qualcosa che io non sono, il desiderio di continuarmi attraverso di lui. Se muore, tutto ciò svanisce e io mi trovo completamente svuotato di qualunque speranza. In questo c'è autocommiserazione, paura; c'è il dolore che causa sofferenza. Questo è il destino di tutti. Questo è ciò che intendiamo per sofferenza. Poi c'è la sofferenza del tempo, la sofferenza dell'ignoranza; non ignoranza della conoscenza, ma ignoranza dei nostri condizionamenti distruttivi; la sofferenza di non conoscere noi stessi, la sofferenza di non conoscere la bellezza nascosta nel nostro profondo e di superarla. Riesce a vedere come, fuggendo

dalla sofferenza attraverso varie forme di spiegazione, in realtà stiamo sprecando un fatto straordinario?

P.J.: Allora, che cosa dobbiamo fare?

K.: Non ha risposto alla mia domanda: "Esiste una sofferenza priva di causa ed effetto?". Conosciamo la sofferenza e la fuga dalla sofferenza. L'uomo vive con la sofferenza da tempo immemorabile. Non ha mai capito come comportarsi. O la adora oppure la fugge. I due movimenti sono lo stesso. La mia mente non fa nessuno di questi due movimenti, né usa la sofferenza come strumento di risveglio. In questo caso, che cosa avviene?

P.J.: Tutte le altre cose sono prodotte dai nostri sensi, ma la sofferenza è molto di più. È un movimento del cuore.

K.: Le chiedo: qual è il rapporto tra sofferenza e amore?

P.J.: Entrambi sono movimenti del cuore; uno viene identificato con la gioia e l'altro con il dolore.

K.: L'amore è piacere? Secondo lei, la gioia e il piacere sono la stessa cosa? Senza comprensione della natura del piacere, non può esserci gioia profonda. Non possiamo creare la gioia. La gioia accade. Questo evento può venire trasformato in piacere. Quando questo piacere è negato, c'è l'inizio della sofferenza. Il piacere posso crearlo, posso cercarlo. Se l'amore è piacere, allora si può coltivare l'amore.

P.J.: Sappiamo che il piacere non è l'amore. Il piacere può essere una manifestazione dell'amore, ma non è l'amore. Sofferenza e amore emergono dalla stessa fonte.

K.: Le ho chiesto: qual è il rapporto tra sofferenza e amore? Può esserci amore se c'è sofferenza, sofferenza nel senso di quello che abbiamo appena detto? Nella sofferenza c'è un elemento di separazione, di frammentazione. Non c'è molta autocommiserazione nella sofferenza? Qual è il rapporto di tutto questo con l'amore? L'amore è dipendenza? Ha la qualità dell'io e del tu? Quando non c'è movimento di fuga dalla sofferenza, allora c'è amore. La passione è la fiamma della sofferenza e questa fiamma si

può risvegliare solo quando non c'è fuga, non c'è resistenza. Che cosa significa tutto ciò? Significa che la sofferenza ha la qualità della divisione. Che cos'è il rapporto per una mente che ha compreso la sofferenza e quindi la fine della sofferenza? Qual è la qualità della mente che non ha più paura della fine, che è morte? Quando l'energia non viene più sprecata nella fuga, l'energia diventa la fiamma della passione. Compassione significa passione per tutto. La compassione è passione per tutto.

Orgoglio e ambizione

Avete mai considerato cosa sia aver successo come scrittore, come poeta, come pittore, come uomo di affari o come uomo politico? Sentire che si è interiormente raggiunto un certo controllo su se stessi che altri non hanno, o che si è riusciti dove altri hanno fallito; sentire che si è migliori di qualcun altro, che si è diventati una persona importante, rispettata, presa a modello dagli altri: cosa dimostra tutto questo? Naturalmente quando c'è questo sentimento c'è orgoglio: io ho fatto qualcosa, io sono importante. Il senso dell'io è nella sua stessa natura un senso di orgoglio. Così l'orgoglio cresce insieme al successo: si è orgogliosi di essere molto importanti a confronto degli altri. Questo paragone fra voi stessi e un'altra persona esiste anche quando perseguite un modello, un ideale che vi dà speranza, forza, scopo, vi dà spinta e questo non fa che rafforzare l'io, la sensazione piacevole di essere molto più importanti di tutti gli altri: questa sensazione, questo senso di piacere è l'inizio dell'orgoglio. L'orgoglio reca con sé molta vanità e tronfio egotismo. Lo noterete negli adulti e in voi stessi. Quando superate un esame e vi reputate un pò più intelligenti di un altro subentra una sensazione di piacere. Lo stesso avviene quando battete qualcuno in una discussione o quando sentite di essere fisicamente molto più forti o più belli di qualcuno: subito nasce in voi il senso della vostra importanza. Questa sensazione dell'importanza

del 'me' porta inevitabilmente a conflitto, lotta, sofferenza, perché vi tocca mantenere costantemente alta la vostra importanza.

Interlocutore: Come possiamo liberarci dall'orgoglio?

Krishnamurti: Se avesse veramente ascoltato la risposta alla domanda precedente avrebbe capito come liberarsi dall'orgoglio e sarebbe libero dall'orgoglio; ma era preoccupato di come fare la domanda successiva, non è così? Quindi non stava ascoltando. Se veramente ascolta troverà da sé la verità che le viene detta. Mettiamo che io sia fiero di aver ottenuto qualcosa. Sono diventato preside; sono stato in Inghilterra o in America; ho fatto grandi cose, la mia fotografia è apparsa sui giornali e via dicendo. Mi sento molto orgoglioso e dico a me stesso: "Come debbo liberarmi dall'orgoglio?". Ebbene, perché voglio liberarmi dall'orgoglio? È questo il fatto importante, non come liberarmene. Qual è il motivo, qual è la ragione, qual è l'incentivo? Voglio liberarmi dell'orgoglio perché penso che mi sia dannoso, penoso, che non mi faccia bene spiritualmente? Se il motivo è questo allora cercare di liberarmi dell'orgoglio equivale a un'altra forma di orgoglio, non vi pare? Ancora mi preoccupo di ottenere dei successi. Poiché penso che l'orgoglio sia penoso e spiritualmente faccia molto male, dico che debbo liberarmene. Quell'io debbo liberarmene' contiene gli stessi motivi del 'debbo aver successo'. L'io è ancora importante, è il centro della mia lotta per liberarmi. Quel che conta dunque non è come liberarsi dall'orgoglio, ma capire l'io e l'io è molto sottile; quest'anno vuole una cosa e l'anno successivo un'altra; e quando quella cosa risulta dolorosa ne vuole un'altra ancora. Perciò fin quando sussiste questo centro dell'io, che uno sia orgoglioso o apparentemente umile fa ben poca differenza; sono soltanto diverse giacche da indossare. Quando mi va a genio indosso una giacca particolare e l'anno dopo secondo il mio capriccio o il mio desiderio ne indosso una diversa. Quello che dovete comprendere è

come nasce questo 'io'. L'io nasce dal senso di soddisfazione per aver ottenuto in vario modo un successo. Ciò non significa che non dobbiate agire. Occorre però che capiate questa vostra sensazione: 'io devo aver successo', 'io non devo essere orgoglioso'. Dovete capire la struttura dell'io. Dovete essere consapevoli del vostro pensiero; dovete osservare come trattate vostro padre e vostra madre, l'insegnante e il cameriere; dovete esser consci di come considerate quelli che stanno più in alto e quelli che stanno più in basso di voi, quelli che rispettate e quelli che disprezzate. Tutto ciò rivela le vie dell'io. Comprendendo le vie dell'io si raggiunge libertà dall'io. Questo importa, non come liberarsi dall'orgoglio.

Sentiamo gli altri dire che, senza ambizione, non possiamo fare niente. Nelle scuole, nella vita sociale, nei rapporti con gli altri, in tutto ciò che facciamo nella vita, sentiamo dire che l'ambizione è necessaria per raggiungere un determinato scopo, personale, collettivo, sociale o per la nazione. Sapete che cosa significa la parola ambizione? Raggiungere uno scopo, avere una spinta, una spinta personale; il senso che senza lotta, senza competizione, senza spinta, non potete fare niente in questo mondo. Vi prego, osservate voi stessi e le persone che vi circondano, e vedrete come sono le persone ambiziose. Un impiegato vuole diventare il capo, il ministro vuole diventare primo ministro, il sottotenente vuole diventare generale. Ognuno ha le proprie ambizioni. Incoraggiamo questo sentire anche nelle scuole. Incoraggiamo gli studenti a essere competitivi, a essere migliori degli altri. Tutto il cosiddetto progresso si basa sull'ambizione. Se disegnate, dovete disegnare meglio di tutti gli altri; se create un'immagine, deve essere migliore di quella creata da chiunque altro; è una continua lotta. Ciò che avviene in questo processo è che diventate crudeli. Volendo raggiungere uno scopo, diventate crudeli, spietati, egoisti; nel vostro gruppo, nella vostra classe, nella vostra nazione. L'ambizione è una vera forma di potere,

desiderio di potere su me stesso e sugli altri, il potere di fare qualcosa meglio di chiunque altro. Nell'ambizione c'è un senso di paragone; quindi la persona ambiziosa non è mai una persona realmente creativa, non è mai una persona felice; dentro di sé è scontenta. Eppure, pensiamo che senza ambizione non saremmo niente, non faremmo progressi. C'è un altro modo per fare le cose senza ambizione, un modo diverso di vivere, di agire, di creare, di inventare, senza la lotta della competizione, in cui c'è crudeltà e che alla fine sfocia nella guerra? Credo che ci sia un modo diverso. Ma questo modo richiede di agire all'opposto dei modelli abituali di pensiero. Quando siamo alla ricerca di un risultato, è il risultato che conta, non la cosa che stiamo facendo. Possiamo comprendere e amare la cosa che stiamo facendo senza preoccuparci dei risultati, di ciò che ci frutterà, della fama o della reputazione che ci darà? Il successo è l'invenzione di una società avida, dedita ad acquisire. Possiamo, ognuno di noi, crescendo, scoprire quello che ci piace davvero fare, che si tratti di risuolare scarpe, fare il calzolaio, costruire ponti o diventare amministratori capaci ed efficienti? Possiamo avere amore per la cosa in se stessa, senza preoccuparci di ciò che ci porterà o di quali effetti avrà nel mondo? Se comprendiamo questo spirito, questo sentire, allora penso che l'azione non creerà la sofferenza che crea in questo momento; e non ci sarà più conflitto reciproco. È molto difficile scoprire che cosa ci piace davvero fare, perché abbiamo tante spinte contraddittorie. Quando vedete un treno passare velocissimo, vorreste esserne il macchinista. Da giovani, i treni esercitano un fascino straordinario. Non so se ve ne siete accorti. In seguito, quel momento passa e volete diventare scrittori, conferenzieri o ingegneri; poi passa anche questo. A poco a poco, a causa del nostro sistema educativo corrotto, venite costretti dentro un canale particolare, dentro un solco preciso. Diventate impiegati, avvocati o commercianti disonesti; e in quel lavoro vivete,

siete competitivi, siete ambiziosi, lottate. Non dovrebbe essere funzione dell'educazione, mentre siete ancora così giovani, aiutarvi a sviluppare l'intelligenza di capire quale potrebbe essere il lavoro che vi è più congeniale; il lavoro che vi piace e che volete fare, e non un lavoro che odiate o che vi annoia, ma che siete costretti a fare perché siete sposati, perché avete la responsabilità dei vostri genitori o perché i vostri genitori pensano che dovete fare l'avvocato mentre voi vorreste fare il pittore? Non è fondamentale, mentre siete ancora giovani, che i vostri insegnanti comprendano il problema dell'ambizione e lo prevengano discutendone con tutti voi, esaminando a fondo il problema della competizione? Questo vi aiuterebbe a scoprire che cosa volete fare davvero. Noi pensiamo in termini di azioni che ci porteranno un beneficio personale o produrranno un beneficio alla società o alla nazione. Cresciamo senza crescere interiormente, senza sapere che cosa vogliamo davvero fare, costretti a fare qualcosa in cui non c'è il nostro cuore. E così viviamo nell'infelicità. Ma la società, cioè i vostri genitori, i vostri tutori, i vostri amici e tutti coloro che vi circondano, vi dice che siete una persona meravigliosa perché avete successo. Siamo ambiziosi. L'ambizione non opera solo nel mondo esterno, ma anche in quello interiore, nel mondo della psiche e dello spirito. Anche qui vogliamo avere successo, vogliamo gli ideali più elevati. Questa continua lotta per diventare qualcosa è molto distruttiva, disintegra, distrugge. Riuscite a comprendere questa spinta a 'diventare', impegnandovi a essere qualunque cosa siete e di qui andare oltre? Se sono geloso, posso comprendere di essere geloso o invidioso, senza cercare mentalmente di diventare non invidioso? La gelosia è chiusura. Se so di essere geloso, se lo guardo e lo lascio essere, vedrò che avverrà qualcosa di straordinario. Colui che diventa, nel mondo esterno o nel mondo spirituale, è una macchina, non conoscerà mai la vera gioia. Si può conoscere la gioia solo vedendo ciò che si è e

lasciandolo essere completamente: la sua complessità, la sua bellezza o bruttezza, senza cercare di diventare qualcos'altro. Riuscirci è molto difficile, perché la mente vuole sempre essere qualcosa. Volete diventare dei filosofi, dei grandi scrittori. Adorate il dio del successo, non 'ciò che è'. Per quanto siate poveri, vuoti o ottusi, se vedete la cosa così com'è, allora inizierà a trasformare se stessa. Ma una mente occupata nel diventare qualcosa non può mai comprendere l'essere. La comprensione dell'essere ciò che si è porta una straordinaria euforia, un fiotto di pensiero creativo, di vita creativa. Tutti i testi religiosi, l'educazione, i sistemi sociali e culturali mirano a ottenere, a diventare qualcosa. Ma tutto ciò non ha prodotto un mondo felice, ha creato un'immensa infelicità. Viviamo nell'ambizione. È questo il nostro pane quotidiano. Ma questo pane ci avvelena, produce ogni sorta di infelicità, fisica e mentale, e quando veniamo ostacolati e impediti nel realizzare le nostre ambizioni, ci ammaliamo. Ma una persona che ha il senso interiore di fare quello che le piace, senza preoccuparsi degli esiti, senza preoccuparsi dei risultati, quella persona non ha frustrazioni, non ha impedimenti; è il vero creatore.

Ambizione e interesse dunque sono due cose diverse. Se davvero a me interessa la pittura, se amo dipingere, non mi sforzerò di essere il migliore o il più famoso fra i pittori; mi piace dipingere e basta. Magari tu sarai più bravo di me a dipingere, ma io non farò paragoni fra me e te. Quando dipingo amo dipingere e questo di per sé mi basta.

Se la mente è in uno stato di paragone, crea dei problemi e vi rimane imprigionata per sempre; e quindi non è mai libera. Sin dall'infanzia ci è stato insegnato a paragonare: l'architettura greca, egizia e moderna; il leader, il migliore, il più colto, il più astuto; essere un esempio perfetto, seguire il maestro; paragonare, paragonare, paragonare e quindi essere in competizione. Dove c'è paragone deve esserci conflitto e contraddizione, è

ovvio; e ciò significa ambizione. Queste tre cose sono inevitabilmente collegate. Il paragone va assieme alla competizione e la competizione è essenzialmente ambizione. Eppure sappiamo che ogni società è basata sulla competizione. Di più, di più, di più, il meglio; il mondo vi è imprigionato e così ogni individuo. Diciamo che senza ambizione, senza scopi, senza obiettivi sprechiamo soltanto noi stessi. È così radicato nella nostra mente, nel nostro cuore: ottenere, arrivare, essere. È possibile vedere il processo di questo conflitto? La percezione stessa di questo conflitto, percepire, vedere l'origine stessa di questo conflitto, e non che cosa dovremmo fare al riguardo, produce una sua azione. Lo vediamo? È questo che vi sto chiedendo. A che cosa serve dire: "È inevitabile. Che cosa accadrebbe se non fossi competitivo in una società competitiva, ambiziosa, impositiva? Che cosa mi accadrebbe?". Non è questo il problema, potrete rispondere più tardi. Ma possiamo vedere il fatto che una mente in conflitto è la mente più distruttiva e che qualunque cosa voglia fare, qualunque attività, per quanto riformatrice, ha in sé il seme della distruzione? Posso vederlo così come vedo un cobra velenoso? Questo è il punto cruciale di tutta la cosa. Se lo vedo, non devo fare niente al riguardo; vedere ha in sé la sua azione. Perché parlare di tutto il resto: come rafforzare il carattere, che cosa dobbiamo fare e che cosa non dobbiamo fare, e come scoprirlo? Per scoprire la sorgente dell'amore, la mente deve essere totalmente libera dal conflitto; questo è certo. Può quindi la mente essere libera dal conflitto, che significa competizione e tutto il resto?

Se esaminiamo il problema dell'iniziativa, forse abbiamo la possibilità di comprendere l'appagamento. Per molti di noi l'appagamento, in una forma o in un'altra, è urgente, necessario. Nel processo dell'appagamento sorgono molti problemi, molte contraddizioni, molti conflitti. Nell'appagamento c'è un'infinita infelicità. Eppure non

sappiamo come evitarlo, come agire senza l'appagamento; perché nello stesso appagamento dell'azione c'è sofferenza. Azione non è soltanto fare qualcosa; non è anche pensiero? Quasi tutti vogliamo fare qualcosa; e se questa azione è soddisfacente, se garantisce a sufficienza l'appagamento dei nostri desideri, brame e bramosie, siamo contenti. Ma se non scopriamo l'incentivo che sta dietro la spinta ad appagarci, saremo sempre tormentati dalla paura, dalla frustrazione. Non è quindi indispensabile scoprire qual è l'incentivo che ci muove? Può avere diverse colorazioni, nascondersi sotto intenzioni diverse, valori diversi; ma forse, se esploriamo con cautela e in modo sperimentale questo problema dell'incentivo, inizieremo a scoprire un'azione o un pensiero che non scaturisce sempre da questa coscienza dell'appagamento. La maggior parte dei nostri incentivi nasce dall'ambizione, dall'orgoglio, dal desiderio di sicurezza o di considerazione. Potreste dire, o io potrei dire, che la mia azione è il risultato del desiderio di fare bene, di seguire i giusti valori, oppure di un'ideologia, di un sistema incrollabile; fare qualcosa di profondamente degno e così via. Ma la motivazione, la spinta, che sta dietro tutte queste parole, tutte queste belle frasi, non è forse l'ambizione? Voglio ottenere, voglio arrivare, voglio sicurezza, voglio avere la certezza mentale in cui non c'è conflitto. Il mio incentivo è il raggiungimento di un risultato e la certezza di quel risultato, allo stesso modo in cui una persona accumula denaro e vuole metterlo al sicuro. In entrambi i casi c'è una spinta che chiamiamo ambizione e a cui votiamo tutte le nostre azioni, le nostre idee e le nostre energie. È possibile agire senza ambizione, senza desiderio di appagamento? Voglio appagarmi: voglio appagarmi attraverso la mia nazione, i miei figli, i miei possessi, la fama. Voglio essere 'qualcuno'. L'orgoglio di essere qualcuno è straordinario, perché dà una straordinaria energia senza fare niente; la semplice sensazione di orgoglio è sufficiente per farmi continuare, per farmi

resistere, controllare, modellare. Guardate la vostra mente in azione. Vedrete le sue attività e vedrete che dietro di esse, per quanto cerchiate di nasconderlo con belle parole, la spinta è all'appagamento, a essere qualcuno, a ottenere dei risultati. In questa spinta ambiziosa c'è competizione, spietatezza; e l'intera struttura della società si basa su questo. La persona ambiziosa è considerata degna, utile alla società, qualcuno che grazie all'ambizione crea le giuste condizioni, eccetera eccetera. Oppure condanniamo l'ambizione quando si applica a cose mondane, ma non la condanniamo se la definiamo spirituale. Una persona che ha abbandonato il mondo, che vi ha rinunciato e che cerca, non viene condannata. Ma non è spinta anch'essa dall'ambizione di essere qualcosa? Tutti cerchiamo appagamento; appagamento attraverso le idee, appagamento attraverso le capacità, appagamento attraverso la creazione di un quadro, la scrittura di una poesia, nell'amore, nell'essere generosi, nel ricevere apprezzamento. Quindi, tutte le nostre azioni non sono il prodotto di questa spinta all'appagamento? Dietro questa spinta c'è l'ambizione. Quando sento, comprendo e so che dove c'è appagamento deve esserci sofferenza, che cosa farò? Mi seguite? Comprendo che la mia vita si fonda sull'ambizione. Anche se cerco di nasconderlo, anche se soffro, anche se mi sacrifico per un'idea, tutte le mie azioni sono uno sbocco per l'appagamento. Mi vedete impegnatissimo e volete fare anche voi qualcosa di meritevole; ma questo 'meritevole' è ancora la spinta all'appagamento. Questa è la nostra vita e questa è la nostra continua spinta, la nostra continua ricerca, conscia e inconscia. Quando lo comprendo, quando vedo il contenuto di tutta questa lotta, che cosa devo fare? La spinta all'appagamento è uno dei nostri problemi più gravi, non è così? Questa spinta a trovare appagamento nelle piccole o nelle grandi cose: essere qualcuno in casa mia, dominare mia moglie, i miei figli; e sottomettermi in ufficio per fare

carriera, per essere un giorno qualcuno. Questo è il processo della mia vita, il processo di tutte le nostre vite. Come può questa mente mettere da parte il desiderio di appagamento? Come posso liberarmi dall'ambizione? Vedo che l'ambizione è ricerca di appagamento e dove c'è ricerca di appagamento c'è sempre il senso di essere di meno, escluso, vinto, frustrato; c'è paura, un senso di profondo isolamento, disperazione e continua aspettativa. C'è un'attività, un movimento della mente, che non si basa su tutto ciò? Se cerco di annullare, controllare o modellare l'ambizione, è ancora ambizione, perché dico: "Questo non mi soddisfa; quello, invece, mi soddisferà". Se dico che non devo cercare appagamento c'è il conflitto del non sentirmi appagato, la resistenza contro il desiderio; e questa stessa resistenza contro il desiderio di appagamento diventa un'altra forma di ricerca di appagamento. Perché la mente cerca appagamento? Perché la mente, il 'me', che è il pensiero, è così orgogliosa, ambiziosa? Perché vuole ricevere apprezzamento? Posso riuscire a capirlo? Può la mente capire che cosa la spinge continuamente verso l'esterno? E, se il movimento della coscienza verso l'esterno viene interrotto, si rivolge all'interno e viene di nuovo frustrata. La nostra coscienza è questa continua inspirazione ed espirazione: essere importante e non esserlo, ricevere e rifiutare; questa è la vita quotidiana della nostra coscienza. Ma, dietro, la mente cerca una via d'uscita. Se riesco a comprenderlo, se ne comprendo il pieno significato, forse è possibile un'azione che non è ambizione, che non è orgoglio, che non è ricerca di appagamento, che non appartiene alla mente. Cercare Dio, tentare di trovare Dio, è un'altra forma di orgoglio; è possibile per me e per voi scoprire che cos'è che ci fa continuamente uscire ed entrare, uscire ed entrare? Non siamo forse consapevoli di uno stato di vuoto dentro di noi, uno stato di disperazione, di isolamento; del senso di non riuscire ad appoggiarci a niente, di non avere nessuno da

ammirare? Non proviamo forse un momento di straordinario isolamento, di straordinaria infelicità, senza nessun motivo; un senso di disperazione proprio all'apice del successo, all'apice dell'orgoglio, all'apice del pensiero, all'apice dell'amore? Non proviamo questo isolamento? E non è questo isolamento che ci spinge ad essere sempre qualcosa, a ricevere ammirazione? Posso vivere con questo isolamento senza fuggirlo, senza cercare appagamento nell'azione, senza cercare di trasformarlo, senza cercare di modellarlo e controllarlo? Se la mente ci riesce, forse potrà andare al di là di questo isolamento, al di là di questa disperazione, e con ciò non intendo speranza o uno stato di devozione. Posso comprendere e vivere questo isolamento, non scappare da esso ma vivere in questo strano isolamento che nasce quando sono annoiato, quando ho paura, quando sono apprensivo non per una causa, ma senza nessuna causa. Conoscendo questo senso di isolamento, è possibile per la mente conviverci senza tentare di allontanarlo? Vi prego di ascoltare, ma non di ascoltare soltanto le parole. Se mentre parlo avete osservato la vostra mente, avrete toccato questo stato di isolamento. È con voi. Non siete stati ipnotizzati dal mio suggerimento; ma se avete seguito davvero i movimenti della vostra mente, siete arrivati a questo stato di solitudine, di essere spogliati di tutto, di ogni pretesa, ogni orgoglio, ogni virtù e ogni azione. Può la mente vivere con questo stato? Può la mente rimanere con esso senza nessuna forma di condanna? Può guardarlo senza interferire, non come un osservatore che lo osserva? Allora, non è la mente stessa questo stato? Mi seguite? Se guardo l'isolamento, la mente agisce sull'isolamento, cerca di modellarlo o di controllarlo, oppure fugge. La mente in se stessa, e non come osservatore, è sola, isolata, vuota. Non tollera nemmeno per un secondo uno stato in cui è totalmente vuota, uno stato in cui non conosce, uno stato in cui non c'è azione del conoscere. Una mente che lo vede ne ha paura, fugge rifugiandosi in qualche attività appagante.

Se invece la mente rimane in questo senso straordinario di essere tagliata fuori da tutto, da tutte le idee, da tutte le stampelle, da tutte le dipendenze, è possibile per questa mente andare al di là, non in teoria ma in pratica? Solo quando sperimenta pienamente questo stato di isolamento, questo stato di vuoto, questo stato di non dipendenza, è possibile un'azione priva di ambizione. Solo allora è possibile un mondo in cui non c'è nessuna competizione, nessuna spietata ricerca di attività che ci chiudono in noi stessi. Allora, l'azione non avviene attraverso lo stretto imbuto del 'me'. Non è un'azione che chiude. Scoprirete che è un'azione creativa perché è priva di motivazioni, di ambizioni; non va in cerca di un risultato. Ma, per scoprirlo, la mente deve passare per tutto questo? Non può fare subito il salto? La mente può fare il salto se so ascoltare. Se ascolto in questo momento, senza barriere, senza interpretazioni, con una porta aperta sulla scoperta, c'è libertà; e solo se c'è libertà posso scoprire. Questa libertà è libertà dalla paura, libertà dall'apprezzamento, libertà dall'orgoglio, libertà dal desiderio di appagamento. Questa libertà non può avvenire se non attraverso la comprensione della totale negazione del pensiero; quando la mente è totalmente vuota, sola, quando la mente è in uno stato in cui non c'è né disperazione né appagamento. Solo allora è possibile un mondo in cui spietatezza, brutalità e competizione possono avere fine.

La struttura psicologica della società è ciò che siamo, ciò che pensiamo, ciò che sentiamo: invidia, ambizione, infinita guerra di contraddizioni, consce e inconsce; e noi ne siamo imprigionati. Per infrangere tutto ciò, pensiamo di dover fare grandi sforzi. Ma lo sforzo implica sempre conflitto, contraddizione; non è così? Dove non c'è contraddizione non c'è sforzo: vivete. Ma c'è contraddizione, prodotta dalla struttura psicologica della società in cui viviamo; c'è conflitto, una battaglia sempre in atto dentro di noi, consciamente o inconsciamente; e sento che, finché questa

intera struttura psicologica non sarà compresa e infranta, non potremo vivere una vita piena o comprendere ciò che è al di là della mente. Il mondo sta diventando sempre più superficiale. In tutto il mondo c'è una prosperità sempre più grande. C'è lo stato assistenziale, sono stati fatti grandi progressi in molte direzioni, ma internamente siamo rimasti più o meno statici, inseguendo sempre i vecchi modelli, le vecchie credenze. Occasionalmente possiamo cambiare i nostri dogmi per adattarci alle circostanze, ma viviamo una vita molto superficiale. Grattiamo soltanto la superficie, senza mai andare più in là. Ma se ci limitiamo a essere superficialmente intelligenti, anche se abbiamo così tante conoscenze e informazioni riguardo a tante cose, se non cambiamo completamente e in profondità l'intera struttura psicologica del nostro essere, non vedo come potremo essere liberi e quindi creativi. Perciò, questa sera vorrei riflettere assieme a voi su come attuare una rivoluzione, una rivoluzione psicologica, senza nessuno sforzo. Uso il termine 'sforzo' nel senso di 'lottare nel tentativo di ottenere o diventare qualcosa'. Una mente intrappolata nella contraddizione, che lotta per superare, per disciplinare, per uniformarsi, per adattare, per creare un cambiamento in se stessa: uso il termine 'sforzo' per indicare tutto questo. Dunque, è possibile mettere in atto una rivoluzione totale, non solo nella mente conscia ma anche nel profondo, nell'inconscio, senza fare nessuno sforzo? Se ricorriamo allo sforzo per attuare una rivoluzione psicologica dentro di noi, ciò implica pressione, influsso, motivazione, direzione; e tutto ciò è il prodotto del nostro condizionamento. Il nostro condizionamento, conscio e inconscio, è molto profondo e pesante; non è così? Siamo cristiani, induisti, inglesi, francesi, tedeschi, indiani, russi; apparteniamo a questa o a quella chiesa con tutti i suoi dogmi; a questa o a quella razza con tutto il peso della sua storia. Superficialmente, le nostre menti sono istruite. La mente conscia è stata istruita in accordo con la cultura in

cui viviamo; ma forse è possibile districarsene con relativa facilità. Non è difficile accantonare l'essere inglesi, indiani, russi e così via, o uscire da una chiesa o una religione. Molto più difficile è decondizionare l'inconscio, che nella nostra vita svolge un ruolo molto maggiore di quello della mente conscia. L'istruzione della mente conscia è utile e necessaria come mezzo per guadagnarsi da vivere o per svolgere una determinata funzione, cosa su cui è principalmente incentrata la nostra educazione. Impariamo a fare determinate cose, a funzionare più o meno meccanicamente in un certo modo. Questa è l'educazione superficiale. Ma interiormente, inconsciamente, nel profondo, siamo il prodotto di migliaia di anni di sforzi umani; siamo la somma delle lotte dell'umanità, delle sue speranze, delle sue disperazioni, della continua ricerca di qualcosa al di là; e questo accumulo di esperienze continua ad agire dentro di noi. Essere consapevoli di questo condizionamento, ed esserne liberi, esige una grandissima attenzione. Per scendere in profondità dentro noi stessi dobbiamo ovviamente essere liberi dall'ambizione, dalla competizione, dall'invidia, dall'avidità. È molto difficile, perché l'invidia, l'avidità e l'ambizione sono il materiale stesso della struttura psicologica sociale di cui facciamo parte. Vivere in un mondo fatto di acquisizione, ambizione e competizione, esserne totalmente liberi senza che il mondo ci distrugga, è il vero problema. Se osserviamo, vediamo con quanta rapidità le conoscenze e la tecnologia avanzano nel mondo. Presto l'uomo arriverà sulla luna. I computer prendono sempre più il sopravvento e noi stessi stiamo diventando sempre più simili a macchine, sempre più automatici. Molti di noi vanno in ufficio un giorno dopo l'altro e sono sempre più annoiati da ciò che fanno, perciò cercano di sottrarsi a questa noia. La religione è una via di fuga meravigliosa. Oppure ci rivolgiamo a varie forme di sensazione e di droga per sentire di più, per vedere di più. È quello che sta accadendo in tutto il mondo. Siamo in

perenne conflitto, non solo con noi stessi ma con gli altri. Tutti i nostri rapporti si basano sul conflitto, sul possesso, sull'acquisizione, sulla forza. Se la mente è intrappolata in questo conflitto, in questa ansia e disperazione, non vedo come si possa andare molto in là. Ma dobbiamo andare molto in là. Dobbiamo distruggere l'intera struttura psicologica della società dentro noi stessi, distruggerla totalmente. Questo è il vero punto cruciale della nostra esistenza. Conduciamo una vita superficialissima, cerchiamo di comprenderla in profondità acquisendo conoscenza, acquisendo sempre più informazioni. Ma tutta questa conoscenza, tutte queste informazioni, appartengono sempre alla superficie. Quindi, la vera domanda è: come si può vivere in questo mondo senza creare conflitto, all'esterno e soprattutto all'interno? Perché è il conflitto interno che provoca quello esterno. Solo una mente davvero libera dal conflitto, a ogni livello, che non ha più nessun tipo di problema psicologico, solo questa mente può scoprire se c'è qualcosa al di là di se stessa. Essenzialmente, il nostro problema non è fare più denaro, fermare le bombe all'idrogeno o se entrare nel mercato comune; questi non sono problemi profondi. Sono creati e controllati da fattori economici, da eventi storici e dalle innumerevoli pressioni dei governi, delle società e delle religioni. L'importante è la capacità di astrarsi da tutto ciò, non ritirandoci, non diventando monaci o monache, ma comprendendone realmente l'intero significato. Ognuno deve scoprire da sé se è possibile essere completamente liberi dalla struttura psicologica della società, il che significa essere liberi dall'ambizione. Io sostengo che è perfettamente possibile, anche se non è facile. Essere liberi dall'ambizione è molto difficile. L'ambizione implica il 'di più', 'di più' implica il tempo e tempo significa arrivare, raggiungere. Per negare il tempo bisogna essere liberi dall'ambizione. Non sto parlando del tempo cronologico; non potete negarlo, perché perdereste l'autobus. Ma il

tempo psicologico che abbiamo creato noi stessi per diventare qualcosa interiormente, è questo che possiamo negare. Il che significa, realmente, morire al domani senza provare disperazione. Tante persone intelligenti, intellettuali, hanno esaminato i processi esteriori dell'uomo. Hanno esaminato la società, con le sue guerre infinite; hanno esaminato le chiese con le loro credenze, dogmi e salvatori; e il risultato è la disperazione. Per disperazione hanno inventato una filosofia dell'accettazione dell'immediato, del non pensare al domani ma vivere il più totalmente possibile nell'adesso. Io non dico affatto questo. È molto facile; qualunque persona materialista e superficiale è in grado di farlo, non deve essere particolarmente intelligente. Purtroppo, è quello che facciamo già quasi tutti. Viviamo per l'oggi e l'oggi si allarga a molti domani. Io non dico assolutamente questo. Dico di negare l'ambizione totalmente, immediatamente; morire psicologicamente alla struttura sociale in modo che la mente non sia più imprigionata nel tempo, nell'ambizione, nel desiderio di essere o di non essere qualcosa. Vedete, la morte è una cosa meravigliosa. Comprendere la morte richiede un profondo insight; morire spontaneamente all'ambizione, senza sforzo; negare l'invidia. L'invidia implica paragone, successo, la ricerca del 'di più', voi avete di più e io ho di meno, voi avete grandi conoscenze e io sono ignorante. È possibile mettere fine a questo processo completamente e istantaneamente? Possiamo mettervi fine, morire totalmente all'invidia, all'ambizione e alla competizione solo se riusciamo a guardarle senza distorsioni. C'è distorsione finché c'è motivazione. Se volete morire all'ambizione per essere qualcos'altro, siete ancora ambiziosi. Questo non è morire. Se rinunciate con una motivazione, non è rinuncia. E le rinunce più intime hanno dietro di sé questa motivazione a essere, ottenere, arrivare, trovare. Perciò mi sembra che stiamo diventando soltanto sempre più ingegnosi, sempre meglio informati. Veniamo

educati alle parole, alle idee, alle teorie e alla conoscenza, e nella mente rimane davvero poco spazio vuoto per vedere con chiarezza qualcosa. Solo la mente vuota può vedere con chiarezza, non la mente stipata di informazioni e conoscenza; non la mente continuamente attiva, che cerca, che vuole, che ottiene. Una mente vuota non significa vacua. Essere consapevoli di una mente vuota è straordinariamente difficile. Ma solo in questo vuoto c'è comprensione, solo in questa vacuità c'è creazione. Per giungere a questo stato di vuoto dobbiamo negare l'intera struttura sociale: la struttura psicologica dell'ambizione, del prestigio e del potere. È relativamente facile per le persone anziane non essere ambiziose, negare il potere e la posizione; ma sono dinieghi molto superficiali. Per questo è così importante comprendere l'inconscio. Per comprendere l'inconscio, ciò che è nascosto e che non conoscete, non potete esaminarlo con una mente razionale, colta e analitica. Se esaminate l'inconscio attraverso il processo dell'analisi conscia, siete destinati a creare conflitto. Vi prego di capirlo, non è molto complicato. Il nostro approccio a qualunque problema psicologico è sempre un approccio razionale. Ciò significa che vogliamo scoprire, controllare o risolvere il problema, e quindi lo analizziamo o applichiamo un particolare sistema per riuscire a comprenderlo. Ma non potete comprendere qualcosa che non conoscete con gli strumenti di ciò che conoscete già, non potete stabilire che cosa dovrebbe o non dovrebbe essere. Dovete accostarvi a mani vuote; e avere la mani vuote, o una mente vuota, è una delle cose più difficili. La nostra mente è stipata da tutto ciò che sappiamo; siamo gravati dai nostri ricordi e qualunque pensiero è una reazione a questi ricordi. Con il pensiero razionale ci accostiamo a ciò che non è razionale, al nascosto, all'inconscio. Se riuscite ad ascoltare semplicemente quello che viene detto senza nessuna idea, senza aspettarvi che vi venga detto come fare, penso che scoprirete di essere in grado di accostarvi all'inconscio, con

il suo tremendo potere, la sua straordinaria spinta, pulsione, senza creare contraddizione e quindi senza sforzo. Non dovete accettare le mie parole e mi auguro che non lo facciate, perché in questo modo fareste di me la vostra autorità, che è la cosa peggiore da fare. C'è l'inconoscibile, qualcosa molto al di là della mente, al di là di qualunque pensiero. Non potete accostarvi con tutte le vostre conoscenze e i vostri ricordi, con le cicatrici dell'esperienza, con il peso dell'ansia, del senso di colpa e della paura. E non potete nemmeno sbarazzarvi di tutto ciò con lo sforzo. Potete esserne liberi solo ascoltando ogni pensiero e ogni sensazione senza cercare di interpretare quello che sentite. Ascoltate semplicemente, osservate semplicemente, con l'attenzione che nasce dal vuoto. Allora potrete vivere in questo mondo indenni dal suo odio, dalle sue brutture, dalla sua brutalità. Potrete fare l'impiegato, l'autista di autobus, il direttore di banca o quello che volete senza farvi intrappolare nel vostro status. Se invece portate nella vostra attività i fattori psicologici dell'ambizione, dell'autorità, del potere e del prestigio, non potrete vivere in questo mondo senza un'infinita sofferenza. Molti di noi lo sanno bene. Non occorre ascoltare un discorso di questo tipo. Sappiamo benissimo che questo è un mondo terribile, brutto, brutale, in cui ogni religione, ogni fazione politica cerca di modellare il pensiero degli uomini; dove lo stato assistenziale ci rende sempre più comodi, stupidi e ottusi, perché abbiamo usato il conflitto come un mezzo per diventare esteriormente abili, intelligenti. Ma interiormente non siamo affatto cambiati, continuiamo a essere quello che siamo stati per secoli: paurosi, ansiosi, mossi dal senso di colpa, assetati di potere, assetati di sesso. Perpetuiamo la nostra animalità, il che significa che stiamo ancora funzionando all'interno della struttura psicologica della società. Allora la domanda è: come infrangere completamente questa struttura, come distruggerla totalmente e uscirne, senza impazzire e senza diventare

monaci, monache o eremiti. Questa struttura si può infrangere solo istantaneamente, non con il tempo. O lo fate subito o mai più.

Rabbia

Anche a quell'altitudine il caldo era intenso. Il vetro dei finestrini era caldo al tatto. Il monotono ronzio del motore dell'aereo ci cullava e molti passeggeri sonnecchiavano. Lontano, sotto di noi, la terra scintillava nella calura, un'infinita distesa marrone con macchie di verde qua e là. Di lì a poco atterrammo e il caldo divenne intollerabile, era letteralmente doloroso, e anche all'ombra degli edifici sembrava che la testa dovesse scoppiare. Era estate inoltrata e il paese era quasi un deserto. Decollammo di nuovo e l'aereo salì, alla ricerca dei venti freschi. Due nuovi passeggeri sedevano su sedili separati e parlavano ad alta voce, era impossibile non sentirli. Avevano iniziato a parlare tranquillamente, ma presto la rabbia si insinuò nelle loro voci, la rabbia della frequentazione reciproca e del risentimento. Nella loro violenza sembravano avere dimenticato gli altri passeggeri; erano così adirati a vicenda che esistevano soltanto loro e nessun altro. La rabbia ha questa qualità peculiare dell'isolamento; come il dolore, ci esclude dagli altri e, almeno finché dura, tutti i rapporti si interrompono. La rabbia ha la forza e la vitalità temporanea della persona isolata. C'è una strana disperazione nella rabbia, perché l'isolamento è disperazione. La rabbia della delusione, della gelosia, della spinta a ferire è uno sbocco violento il cui piacere è il senso di essere nel giusto. Condanniamo gli altri e questa condanna è una discolpa di noi stessi. Senza atteggiamenti come l'autogiustificazione o l'autoaccusa, che cosa siamo? Ricorriamo a qualunque mezzo per sentirci forti; e la rabbia, come l'odio, è uno dei modi più facili. La pura rabbia, uno scoppio improvviso che viene subito dimenticato, è una cosa; ma la rabbia costruita deliberatamente, alimentata, che vuole ferire e distruggere,

è una cosa completamente diversa. La rabbia pura può avere una causa fisiologica che è possibile individuare e curare; ma la rabbia che è il prodotto di una causa psicologica è molto più sottile e difficile da affrontare. Molti di noi non temono di essere arrabbiati, troviamo sempre una scusa. Perché non dovremmo arrabbiarci se un altro ci tratta male? La nostra rabbia è giusta. Non ci limitiamo mai a dire semplicemente che siamo arrabbiati e ci fermiamo lì, ma diamo elaborate spiegazioni delle cause. Non diciamo mai semplicemente di essere gelosi o amareggiati, ma giustifichiamo e spieghiamo. Chiediamo come può esserci amore senza gelosia o diciamo che una cosa fatta da un altro ci ha amareggiati e così via. È la spiegazione, la verbalizzazione, tacita o espressa, che sorregge la rabbia che le dà ampiezza e profondità. La spiegazione, tacita o espressa, fa da scudo contro la consapevolezza di come siamo. Vogliamo essere approvati o blanditi, ci aspettiamo qualcosa; e, quando queste cose non ci vengono date, rimaniamo delusi, diventiamo amari o gelosi. E così, in modo più o meno violento, accusiamo qualcun altro, diciamo che è l'altro il responsabile della nostra amarezza. Voi siete molto importanti, perché dipendo da voi per la mia felicità, la mia posizione o il mio prestigio. Attraverso di voi io mi appago, perciò siete importanti: devo custodirvi, devo possedervi. Attraverso di voi fuggo da me stesso e, quando vengo ricondotto a me stesso, ho paura del mio stesso stato e divento arrabbiato. La rabbia assume molte forme: delusione, risentimento, amarezza, gelosia e così via. L'accumulo della rabbia, ovvero il risentimento, richiede l'antidoto del perdono; ma accumulare rabbia è più forte del perdono. Il perdono non è necessario quando non c'è accumulo di rabbia. Il perdono è essenziale quando c'è risentimento; ma essere liberi dal bisogno di essere blanditi e dal senso di essere stati feriti, senza la durezza dell'indifferenza, crea misericordia, benevolenza. La rabbia non si può eliminare attraverso un atto di volontà, perché la

volontà fa parte della violenza. La volontà è il risultato del desiderio, della brama di mentire, e per sua stessa natura il desiderio è aggressivo, dominante. Reprimere la rabbia attraverso l'esercizio della volontà è trasferire la rabbia a un livello diverso, darle un altro nome; ma fa sempre parte della violenza. Per essere liberi dalla violenza, che non è la coltivazione della non violenza, deve esserci la comprensione del desiderio. Non c'è un sostituto spirituale del desiderio, non può venire represso o sublimato. Deve esserci una consapevolezza silenziosa e priva di scelta del desiderio; e questa consapevolezza passiva è fare esperienza diretta del desiderio senza uno sperimentatore che gli dà un nome.

Ovunque vi sia divisione deve esserci conflitto. È una legge, una legge eterna. Dove c'è separazione, divisione, rottura in due parti, deve esserci conflitto. E questo conflitto esiste perché abbiamo separato l'osservatore dalla cosa osservata: io sono diverso dalla mia rabbia, sono diverso dalla mia invidia, sono diverso dalla mia sofferenza. Essendo diverso c'è conflitto: "Devo liberarmi dalla sofferenza", "Dimmi come trascendere la sofferenza", "Dimmi che cosa fare con la mia paura". Ma voi non siete qualcosa di diverso dalla sofferenza, non è così? Non siete qualcosa di diverso dalla rabbia. Non siete qualcosa di diverso dal desiderio sessuale. Non siete qualcosa di diverso dall'isolamento che provate: siete l'isolamento. Prima, quando mi separavo, agivo sulla mia sofferenza. Capite? Mi sento isolato e fuggo l'isolamento, tento di superarlo, di analizzarlo, di riempirlo con ogni forma di distrazione e di attività religiosa. Prima, intervenivo al suo riguardo; adesso non posso intervenire su quella cosa perché io sono quella cosa. Che cosa accade quando l'osservatore è l'osservato? Capite? Quando la rabbia è me, che cosa avviene? In primo luogo, il conflitto finisce. Qualunque conflitto finisce quando capite di essere quella cosa. Ho la pelle scura, fine. È un fatto. Scuro chiaro, scuro

scuro, viola o tutti i colori che volete. Così viene completamente eliminato questo processo divisivo che crea conflitto in voi stessi. Il fatto è: io sono rabbia, io sono geloso, io sono isolato. Perché trasformarlo in un'idea, in un'astrazione? È più facile trasformare in astrazione che affrontare il fatto? Così posso giocare con l'idea e dico: "Sì, è una bella idea", "No, è una brutta idea". Ma quando non c'è astrazione, bensì il fatto, lo devo affrontare.

Paura, piacere, sofferenza, pensiero e violenza sono tutte cose in reciproco rapporto. Molti di noi godono della violenza, del detestare qualcuno, dell'odiare una razza o un gruppo di persone, provando sentimenti di antagonismo nei confronti degli altri. Ma in uno stato della mente in cui ogni violenza sia finita c'è una gioia che è molto diversa dal piacere che si prova nella violenza con i suoi conflitti, odi e paure. Possiamo giungere sino alle vere radici della violenza e liberarcene? Altrimenti vivremo eternamente in lotta l'uno contro l'altro. Se questo è il modo in cui volete vivere, e in apparenza molti lo vogliono, allora continuate; se dite: "Bé, mi spiace, ma la violenza non avrà mai fine", allora voi e io non abbiamo modo di comunicare, vi siete bloccati; ma se dite che potrebbe esserci un diverso modo di vivere, allora potremo comunicare. Consideriamo insieme, quelli di noi che possono comunicare, se è possibile che si giunga alla fine di qualsiasi forma di violenza in noi stessi e tuttavia continuare a vivere in questo mondo mostruosamente brutale. Io credo che sia possibile. Non voglio avere in me neanche un alito di odio, di gelosia, di ansietà o di paura. Voglio vivere completamente in pace. E questo non significa che io voglia morire. Voglio vivere in questa terra meravigliosa, ricca e bellissima. Voglio guardare gli alberi, i fiori, i fiumi, i prati, le donne, i ragazzi e le ragazze, e allo stesso tempo vivere completamente in pace con me stesso e con il mondo. Che posso fare? Se sapremo come guardare la violenza, non solamente all'esterno nella società (guerre, rivoluzioni, odi nazionali e

conflitti di classe), ma anche in noi stessi, potremo superarla. Ecco un problema molto complesso. Per secoli e secoli l'uomo è stato violento; le religioni in tutto il mondo hanno tentato di domarlo senza riuscirvi. Se dunque vogliamo addentrarci nel problema dobbiamo, almeno così mi sembra, occuparcene con molta serietà poiché ci condurrà in un campo completamente diverso, ma se vogliamo solo trastullarci col problema per un gioco intellettuale non andremo molto lontano. Potete rendervi conto di essere molto presi da questo problema, ma dal momento che molta altra gente nel mondo non se ne interessa e non è preparata ad agire, vi chiedete che vantaggio ci sia nel fare qualcosa. Non mi interessa se gli altri valutano il problema con serietà. Io lo valuto con serietà, e questo è sufficiente. Non sono il guardiano di mio fratello. Io, come essere umano, sono profondamente interessato al problema della violenza e farò in modo che dentro di me io non sia un violento; ma non posso dire a voi o a qualcun altro: "Non essere violento". Non ha alcun significato, a meno che non siate proprio voi stessi a volerlo. Se dunque volete realmente comprendere il problema della violenza continuiamo il nostro viaggio esplorativo insieme. Il problema della violenza è fuori o è qui presente? Volete risolvere il problema nel mondo esteriore o ve ne interessate in quanto essa è presente in voi stessi? Se non avete violenza dentro di voi sorge la domanda: "Come faccio a vivere in un mondo pieno di violenza, avidità, cupidigia, invidia, brutalità? Non ne sarò sopraffatto?". È questa la domanda che inevitabilmente sorge. Quando fate questa domanda mi sembra che voi non viviate realmente in pace. Se viveste in pace non avreste affatto problemi. Potete essere imprigionati perché rifiutate di arruolarvi, o fucilati perché non volete combattere; ma questo non è un problema, sarete fucilati. È estremamente importante capirlo.

Stiamo tentando di capire la violenza come fatto reale, non come idea, come un fatto reale esistente nell'essere umano, e l'essere umano sono io. E per poter approfondire il problema devo essere completamente vulnerabile, aperto ad esso. Devo svelarmi a me stesso; non è necessario che io mi sveli a voi perché la cosa potrebbe non interessarvi, ma devo essere in uno stato mentale che richieda di vedere la cosa proprio sino alla fine, senza volersi fermare o andare più avanti. Ora, dovrebbe sembrarmi ovvio che sono un essere umano violento. Ho sperimentato la violenza sotto forma di rabbia, sotto forma di desideri sessuali, di odio, di gelosia, con il creare ostilità, eccetera; l'ho sperimentata, l'ho conosciuta, e mi dico: "Voglio comprendere l'intero problema, non solamente un frammento espresso sotto forma di guerra, voglio comprendere questa aggressività nell'uomo, che esiste anche negli animali, e di cui sono parte". Violenza non è solo uccidere un altro. È violenza anche quando usiamo parole mordaci, quando facciamo un gesto per scostare una persona, quando obbediamo per paura. Violenza non è dunque solo strage organizzata in nome di Dio, della società o della patria. La violenza è molto più sottile, molto più profonda, e noi indagheremo sino alle sue profonde radici. Quando dite di essere indiano, o musulmano o cristiano o europeo, o qualsiasi altra cosa, voi siete violenti. Capite perché è violenza? Perché vi differenziate dal resto dell'umanità. Quando vi differenziate per fede, per nazionalità, generate violenza. Quindi un uomo che cerchi di comprendere la violenza non appartiene ad alcun Paese, ad alcuna religione, ad alcun partito politico o ad alcun sistema parziale; è interessato alla completa comprensione dell'umanità. Ora, vi sono due fondamentali scuole di pensiero sulla violenza; una che dice: "La violenza è innata nell'uomo", e l'altra "La violenza è il risultato del retaggio sociale e culturale in cui vive l'uomo". A noi non interessa la scuola a cui apparteniamo, non ha alcuna importanza. Quello che è importante è il fatto reale che

siamo violenti, e non il motivo per cui lo siamo. Una delle più comuni espressioni della violenza è la rabbia. Quando mia moglie o mia sorella vengono assalite penso di essere giustamente arrabbiato; quando viene assalito il mio Paese, le mie idee, i miei principi, il mio sistema di vita, sono giustamente arrabbiato. Sono arrabbiato anche quando vengono attaccate le mie abitudini e le mie insignificanti, limitate opinioni. Quando mi pestate i piedi o mi insultate mi arrabbio, se fuggite con mia moglie mi ingelosisco, e quella forma di gelosia è ritenuta giusta perché mia moglie è mia. Tutte queste forme di rabbia sono moralmente giustificate. Ma è giustificato anche uccidere per il mio Paese. Quindi quando parliamo di rabbia, che è parte della violenza, la consideriamo in termini di rabbia giustificata e ingiustificata secondo le nostre inclinazioni e gli impulsi ambientali, o vediamo solamente la pura rabbia? C'è mai una rabbia giustificata? O c'è solamente rabbia? Non esiste alcuna buona o cattiva influenza, esiste solamente l'influenza, ma quando voi siete influenzati da qualcosa che a me non va, allora lo chiamo 'cattiva influenza'. Il momento in cui proteggete la vostra famiglia, il vostro Paese, un pezzo di stoffa colorata che chiamate bandiera, una fede, un'idea, un dogma, quello che volete avere o quello che già avete, proprio quella protezione indica rabbia. Potete dunque guardare la rabbia senza alcuna spiegazione o giustificazione, senza dire: "Devo proteggere i miei beni", oppure "Ho fatto bene ad arrabbiarmi", oppure " È stato stupido da parte mia arrabbiarmi"? Potete guardare la rabbia come qualcosa a sé stante? Potete guardarla obiettivamente, cioè senza difenderla né condannarla? Potete? Posso guardarvi se mi sento vostro antagonista o se penso che siate una persona meravigliosa? Posso vedervi solo quando vi guardo con una certa attenzione in cui non compaia nessuno di questi due sentimenti. Ora, posso guardare la rabbia allo stesso modo, cioè essere vulnerabile al problema, non resistergli, osservando questo

straordinario problema senza provare alcuna reazione? È molto difficile guardare spassionatamente la rabbia perché è parte di me, tuttavia è quello che sto tentando di fare. Eccomi qua, un essere umano violento, sia io nero, marrone, bianco o rosso. Non mi interessa sapere se la violenza è una eredità o se è stata la società a generarla in me; quello che mi interessa sapere è se è mai possibile liberarsene. Essere libero dalla violenza significa tutto per me. È molto più importante del sesso, del cibo, della posizione, perché va corrompendomi. Distrugge me e il mondo, e io voglio comprenderla, voglio superarla. Mi sento responsabile della rabbia e dell'odio nel mondo. Mi sento responsabile, non sono solo parole, e mi dico: "Posso fare qualcosa solo se io stesso riesco a superare la rabbia, la violenza, la nazionalità". E questa sensazione che provo di dover comprendere la violenza in me stesso genera tremenda vitalità ed entusiasmo. Per studiare il fatto reale della rabbia non dovete pronunciare alcun giudizio su di essa, poiché nel momento in cui vi fate una idea del suo opposto la condannate e quindi non potete vederla come realmente è. Quando dite che qualcuno vi è antipatico o che lo odiate, quello è un fatto reale, altrimenti sarebbe terribile. Se guardate il fatto, se lo penetrate, esso cessa, ma se dite: "Non devo odiare; devo aver amore nel mio cuore", allora vivete in un mondo ipocrita con un duplice modello di vita. Vivere completamente, pienamente nel momento vuol dire vivere con ciò che è, con il reale, senza alcun senso di condanna o di giustificazione; allora lo comprenderete in modo così completo che non ci avrete più niente a che fare. Quando vedrete il problema chiaramente esso ne risulterà risolto.

Che cos'è l'analisi? Analisi è osservazione, non è così? Una forma di osservazione. Mi guardo e, guardandomi, dico: "Mi sono arrabbiato. Perché mi sono arrabbiato?". Le spiegazioni, le cause, le giustificazioni, tutto ciò è parte dell'analisi, che a sua volta fa parte del pensiero. Non è

così? L'analisi richiede tempo. E alla fine dico: quella rabbia era giustificata, o quella rabbia non era giustificata, perciò la prossima volta devo fare attenzione, mi arrabbierò solo quando la rabbia sarà giustificata. Rabbia legittima e rabbia illegittima! Osserviamo che cosa accade. Il pensiero si è risvegliato alla rabbia e guarda la rabbia. Che cosa accade? Il pensiero è l'osservatore, giusto? E l'osservatore è diverso dalla cosa che osserva: la sua rabbia. Osservando il pensiero e tutte le attività del pensiero, da questa osservazione viene l'intelligenza. L'intelligenza è il prodotto dell'osservazione dei funzionamenti del pensiero. Questa intelligenza osserva; osserva la mente, osserva il corpo, osserva il cuore. Questa intelligenza dice: non mangiare quel cibo, ascoltami, ieri ti ha fatto male, lascia perdere. E, poiché è in atto l'intelligenza, lasciate perdere immediatamente quel cibo.

Interlocutore: Questa è la memoria.

Krishnamurti: No, un momento, ascoltate attentamente. Ho detto intelligenza, non pensiero. L'intelligenza viene in essere osservando le attività del pensiero; osservando, non condannando o approvando, ma semplicemente osservando il pensiero, il suo funzionamento. In questo osservare nasce l'intelligenza. E adesso questa intelligenza osserva. Se mangio la cosa sbagliata, quando l'intelligenza osserva (ascoltate bene) è anche consapevole della causa, che è il passato. Quindi l'intelligenza non ignora la causa, è consapevole della causa e del risultato. Ma non è memoria, è intelligenza che percepisce l'intero movimento della causalità.

Sono arrabbiato. Questo è l'unico fatto, non è vero? Se dico: "Non devo essere arrabbiato", è una conclusione, un'astrazione. Ma il fatto è che sono arrabbiato. Se so come risolvere questa rabbia, il suo opposto non si presenta. Posso risolvere la rabbia senza ricorrere al suo opposto dicendo: "Non devo essere arrabbiato"? 'Non devo essere arrabbiato' è il suo opposto. E ciò accade solo se non so

comprendere l'intera struttura della rabbia e andare oltre. Perciò chiedo: posso comprendere la rabbia? Non controllarla, non rifiutarla, non cedere a essa, ma comprenderla, cioè avere un insight sull'intera struttura della rabbia? Se ci riesco, il suo opposto non c'è più.

I.: Se non controllo la mia rabbia, ho paura di uccidere qualcuno.

K.: Prima di uccidere qualcuno, cerca di scoprire se puoi risolvere la rabbia. Controllarla significa reprimerla. Dire: "Non devo essere arrabbiato" crea il suo opposto e quindi il conflitto tra 'non devo' e il fatto che lo sono. Anche se tenti di fuggire dalla rabbia, la rabbia è sempre lì. Vediamo che cos'è accaduto. Prima cercavo di controllarla, che è uno spreco di energia. Prima cercavo di reprimerla, che è uno spreco di energia. Prima cercavo di fuggirla o di razionalizzarla, che è un evitamento, una fuga dal fatto. Se non fuggo, non controllo, non reprimo e non cerco di razionalizzare, tutta questa energia rimane concentrata, non è vero? Quindi dispongo di questa immensa energia per affrontare un fatto, che è la rabbia. Capite? Vi prego di farlo, altrimenti non possiamo continuare; se non l'avete capito rimane qualcosa di meramente verbale. Lo vedete? Siete arrabbiati. La vostra tradizione, la vostra cultura dice: "Reprimete la rabbia, controllatela, fuggitela, razionalizzatela". Ma io dico che state sprecando energia e ciò vi impedisce di osservare il fatto, che è la rabbia. Se non c'è il suo opposto, c'è solo la rabbia, e voi avete a disposizione tutta l'energia. Adesso, il passo successivo. Perché la chiamate rabbia? Perché siete già stati arrabbiati in precedenza e adesso, chiamandola rabbia, enfatizzate la precedente esperienza. Perciò state osservando il fatto presente attraverso l'esperienza passata, condizionando così il fatto presente. Capite? Dare un nome è uno spreco di energia. Perciò non date nessun nome, non controllate, non reprimete, non fuggite, e avrete tutta l'energia. A questo punto, c'è rabbia? Non dite che non lo sapete, perché siete

di fronte all'unico fattore. E, se siete totalmente con l'unico fattore, il fattore non esiste, perché esiste soltanto se lo fuggite, se vi opponete, lo controllate o lo reprimete. Adesso avete capito? In me, in tutti, nell'essere umano, c'è questa dualità. E mi chiedo: "Ma esiste questa dualità?". C'è l'uomo e la donna, la luce e il buio, è ovvio; ma psicologicamente esistono gli opposti? Ciò richiede attenzione, non è vero? Perché per vedere chiaramente bisogna guardare.

La libertà non è una reazione, ma uno stato della mente che viene in essere quando comprendiamo la reazione. La reazione è la risposta a una sfida; può essere piacere, rabbia, paura, sofferenza psicologica; e comprendendo questa complessa struttura della risposta troviamo la libertà. Allora scoprirete che la libertà non è libertà dalla rabbia, dall'autorità e così via. È uno stato in se stesso, che si sperimenta di per se stesso, e non come reazione contraria a qualcosa.

Senso di colpa

Che cos'è il senso di colpa? E qual è il suo rapporto con l'ego, con l'intera coscienza dell'umanità, dell'uomo, della donna e così via? Che cos'è la colpa? Perché abbiamo questo enorme senso di colpa? Può essere molto superficiale o profondamente radicato nell'infanzia e lasciato crescere con gli anni. Questo senso di colpa ci fa sentire profondamente vuoti, lo sapete bene, ci fa sentire incapaci di fare qualunque cosa. Così, a causa del senso di colpa, costruiamo un muro attorno a noi stessi e questo muro impedisce qualunque comunicazione. Oppure sono spaventato da questo senso di colpa; sin dall'infanzia mi avete detto di fare una certa cosa, io non so farla ma sento che dovrei farla, non ci riesco e mi sento in colpa. I genitori svolgono un ruolo terribile in tutto questo. Scusatemi, ma consciamente o inconsciamente incoraggiano questo senso di colpa che diventa parte dell'ego, parte di me. Ritengo sia uno sbaglio porre la domanda: qual è il rapporto tra le due

cose? Capite da dove viene questa domanda? Non sono due cose diverse. È il risultato del senso di colpa, assieme ad altri fattori, che crea l'ego. Non sono due azioni separate o due reazioni separate. La colpa è parte della psiche, parte dell'ego, parte del 'me'. Perché ci sentiamo in colpa? Gli altri possono farvi sentire in colpa e mantenervi in questo stato perché a loro conviene; gli piace intimorirvi e creare in voi un senso di colpa, il senso che dovete sottomettervi, che dovete accettare, che dovete obbedire. Anche se vi ribellate, rimane in sottofondo e vi attaccate al senso di colpa. Poi, altri fattori ancora costruiscono l'ego, il 'me'. La colpa ci fa sentire terribilmente soli e depressi e, se il senso di colpa è molto forte e profondo, non riusciamo a risolverlo. Perciò vengo da voi e vi dico: "Vi prego, aiutatemi a liberarmi da questo senso di colpa". E voi mi imponete qualcosa, siete il capo. È un'altra reazione al senso di colpa, che in questo modo continua. Mi chiedo, ci chiediamo: perché c'è questo senso di colpa? Le religioni ortodosse lo incoraggiano, non è vero? Nel cristianesimo c'è il peccato originale e il salvatore, perciò devo sentirmi in colpa, c'è la confessione e inizia tutto il circo. Perdonatemi se uso questa parola. Nel mondo cristiano c'è la confessione, l'assoluzione. Nel mondo asiatico assume forme diverse: si va al tempio, e tutte le altre cose che si fanno. È necessario il senso di colpa? Può esservi un'educazione in cui non esiste affatto? Me lo sto chiedendo. Vi prego, stiamo giocando assieme. Esiste un modo di educare i bambini che non incoraggi questo sentirsi in colpa? Come risolvere il senso di colpa, come superarlo, diventa un problema. Tutto parte da qui e lo trasformiamo in un problema. Ma che cos'è un problema? Gli esseri umani sembrano avere migliaia di problemi: politici, religiosi, economici, sessuali, di rapporto. La vita, vivere diventa un problema, e una parte di questo problema è in genere associata al senso di colpa. È possibile non avere nemmeno un singolo problema, sessuale, religioso, politico, economico, nei rapporti e così

via? Perciò cerchiamo di scoprire, state giocando con me a questo gioco, cerchiamo di scoprire perché gli esseri umani hanno dei problemi. Sin dall'infanzia, quando si inizia ad andare a scuola, imparare a scrivere diventa un problema. Sillabare, leggere, e poi matematica, geografia, storia, biologia, chimica, scienze, archeologia, eccetera eccetera. Sin dall'inizio un bambino viene abituato, o condizionato, ad avere dei problemi. È evidente. Il suo cervello viene condizionato ad avere problemi. State giocando con me a questo gioco? Per tutta la vita, dal momento della nascita fino alla morte, il cervello continua a vivere nei problemi perché è stato educato, abituato a tutto questo sistema di paragoni, esami, ricompense, punizioni, e così via. Tutto ciò ha fatto sì che il cervello non solo ricevesse dei problemi, ma che ne creasse di propri. È stato condizionato in questo modo, quindi non potrà mai risolvere nessun problema. È possibile avere un cervello che non ha problemi, ma che sa rispondere ai problemi? Perché i problemi ci sono. È possibile? Finché avrete dei problemi avrete anche il senso di doverli risolvere, e se non ci riuscite vi sentite in colpa. E così la cosa continua a ripetersi. Poi arrivano altri ad aiutarci e tutta la cosa ricomincia sotto un'altra forma. Ascoltate questa domanda. Entrate nel meccanismo della colpa, del suo rapporto con l'ego; ma abbiamo detto di non separarli, perché il senso di colpa è parte dell'ego, parte del 'me'. Non è una cosa separata, quindi non è qualcosa in rapporto. È all'interno. Poi ci siamo chiesti: perché abbiamo dei problemi? I problemi esistono sin dall'infanzia, da quando il bambino va a scuola. Viene abituato ad avere dei problemi. Tutta la sua vita diventa un problema: depressione, ansia e così via. Allora ricorre a un altro, chiede aiuto a un altro. Ma l'altro è egli stesso; l'altro ha dei problemi, cade in depressione, si sente solo. Per questo l'altro è voi. Non so se lo capite. Quindi, che cosa serve chiedere a un altro?

Interlocutore: Ho fatto qualcosa di sbagliato e di peccaminoso, e questo mi ha causato un terribile senso di colpa. Come faccio a superarlo?

Krishnamurti: Che cosa intende con peccaminoso? I cristiani hanno un concetto di peccato che non è il suo; lei si sente in colpa se ha più denaro, se ha una casa più grande degli altri; o almeno dovrebbe sentirsi così. [Risate] Se è al volante di una comoda automobile e vede una coda lunga un chilometro di persone che aspettano l'autobus, questo produce un effetto su di lei, che sia il cosiddetto senso di colpa o il desiderio di trasformare qualcosa radicalmente, non in stupidi termini economici ma in senso religioso, perché cose di quel genere non accadano più in questo mondo. Oppure, potrebbe sentirsi in colpa perché sa di avere una determinata capacità, un insight che altri non hanno. Eppure, stranamente, non ci sentiamo mai in colpa per cose di questo genere; ci sentiamo in colpa solo riguardo a cose materiali, più denaro, una migliore posizione sociale e così via. Che cos'è il senso di colpa e quando ne siete consapevoli? È una forma di autocommiserazione? Siamo tutti occupati con noi stessi dal mattino alla sera in modi diversi, e consciamente o inconsciamente ci muoviamo in questa corrente. Quando si presenta una sfida improvvisa, il movimento dell'essere occupati con se stessi viene disturbato e ci sentiamo in colpa, sentiamo che stiamo facendo qualcosa di sbagliato o di non avere fatto qualcosa di giusto; ma questo sentire è sempre all'interno della corrente dell'attività centrata su di sé, non è così? Non so se mi state seguendo. Perché dovreste sentirvi in colpa? Se vivete intensamente con tutto il vostro essere, se siete pienamente consapevoli di tutto ciò che è fuori e dentro di voi, dell'inconscio quanto del conscio, dov'è lo spazio per la colpa? È l'uomo che vive frammentato, che è diviso in se stesso, che si sente in colpa. Una parte di lui è buona e l'altra parte è corrotta, una parte cerca di essere nobile e l'altra è ignobile; una parte è

ambiziosa, spietata, e l'altra parte parla di pace e di amore. Queste persone si sentono in colpa perché sono ancora dentro il modello della loro struttura. Finché c'è attività incentrata sull'io non potete superare il senso di colpa, è impossibile. Questo sentire scompare solo quando sperimentate la vita totalmente, con tutto il vostro essere; cioè, quando non c'è autoappagamento di nessun tipo. Allora scoprirete che il senso di colpa non esiste affatto, perché non state pensando a voi stessi. Non c'è attività incentrata sull'io. Se ascoltate ma non fate niente, siete come un uomo che ara sempre e non semina mai. È meglio non ascoltare una verità che ascoltarla senza agire, perché diventa un veleno. Che approviate o disapproviate i particolari di quanto viene detto è irrilevante; l'importante è vedere la verità che, finché agite nella sfera dell'attività incentrata sull'io, siete destinati a varie forme di dolore e frustrazione. Dolore e frustrazione cessano solo quando vivete totalmente, con l'intensità di tutto il vostro essere, della vostra mente, cuore e corpo; e non potete vivere con questa completezza, con questa intensità, se siete preoccupati solo per le vostre virtù. Potete essere liberi dal senso di colpa oggi, ma rinascerà in altra forma domani o dopodomani. Provate. Provate a vivere intensamente ogni giorno, con tutta la vostra mente, cuore e corpo, con tutte le vostre capacità, sentimento ed energia. Il desiderio è in se stesso contraddittorio; ma se amate intensamente con il corpo, la mente e il cuore, con tutto ciò che avete, scoprirete che non c'è contraddizione, non c'è peccato. È il desiderio, l'invidia, l'ambizione che crea contraddizione, e la mente imprigionata nella contraddizione non potrà mai scoprire ciò che è reale.

Provo un senso di colpa, ma perché gli do un nome? Gli do un nome immediatamente. Denominarlo è riconoscere qualcosa che ho già sperimentato in precedenza. Avendolo sperimentato in precedenza, lo riconosco adesso. Attraverso questo riconoscimento rafforzo ciò che è

accaduto prima. Rafforzo il ricordo del senso di colpa precedente dicendo: "Mi sento in colpa". Guardate che cosa accade: qualunque forma di riconoscimento rafforza il passato. E il riconoscimento avviene attraverso la denominazione. Così, attraverso e mediante il riconoscimento, rafforzo il passato. Perché la mente agisce così? Perché rafforza continuamente il passato dicendo: "Sono stato colpevole, sono colpevole, è terribile essere colpevole, come posso liberarmi da questo senso di colpa?". Perché fa così? Lo fa perché la mente ha bisogno di essere occupata con qualcosa? Ha bisogno di essere occupata, con Dio, con il fumo, con il sesso, con qualunque cosa; deve essere occupata, altrimenti ha paura di non esserlo. Ed essendo occupata con il senso di colpa, in questo senso trova una certa sicurezza. Almeno ho questo; non ho nient'altro, ma almeno ho questo senso di colpa. Quindi, che cosa accade? Attraverso il riconoscimento, ovvero la denominazione, la mente rafforza una sensazione del passato, accaduta in precedenza, e per questo è occupata con questo senso di colpa. Le dà un'occupazione, un certo senso di sicurezza, un'attività relativa alla propria nevrosi. Quindi, che cosa avviene? Posso, quando nasce il senso di colpa, osservarlo senza dargli un nome? Se non gli do un nome, scopro che non esiste più. Ma ho paura, ascoltate con attenzione, la mente ha paura di vivere in uno stato di 'nulla'. Per questo ha bisogno della parola. La parola è diventata terribilmente importante: il mio Paese, il mio dio, il mio Gesù, il mio Krishna. La parola. Ma la parola, ascoltate bene, la parola è il passato, la parola è la memoria, la parola è il pensiero. E così il pensiero divide. La memoria mi serve se voglio tornare a casa. La memoria mi serve per parlare inglese. La memoria mi serve per venire qui e sedermi sul palco. La memoria mi serve per parlare la mia lingua. La memoria mi serve per andare in bicicletta o per guidare un'auto. Quindi, la memoria è assolutamente essenziale, altrimenti non potrei funzionare. La memoria è

conoscenza, la conoscenza ci serve. Ma questa conoscenza, ascoltate bene, questa conoscenza è fatta di parole. Adesso ho la conoscenza di una colpa passata. Se chiamo la sensazione presente 'senso di colpa', rafforzo la conoscenza precedente. Questa conoscenza è l'osservatore. L'osservatore guarda la sensazione in atto ora e la chiama senso di colpa. Definendola senso di colpa, la conoscenza del passato viene rafforzata. È molto semplice e chiaro.

Interlocutore: Chi è l'osservatore? L'osservatore è diverso dai tanti frammenti?

Krishnamurti: È uno dei frammenti, non è così?

I.: Ma il senso del 'me' c'è.

K.: So che c'è. È questa l'illusione. La prego, aspetti. Questa è la nostra cultura, la nostra affermazione verbale, il modo in cui viviamo. "Mi sono identificato con il mio Paese, con il mio dio, con la mia bandiera, con la mia politica" e così via. Mi sono continuamente identificato con tutte queste cose e dico: "Che stupido, ciò ha fatto un mucchio di danni, ora voglio identificarmi con me stesso". Vedete, ho abbandonato tutte le identificazioni esterne e ora voglio identificarmi con me stesso. Che cos'è questo me stesso? È ovviamente un mucchio di immagini e di parole. Perciò dico: "Guarda che cosa sto facendo! Sto cercando continuamente di definire un fatto che diventa un non fatto, sto continuamente cercando di difendere me stesso attraverso un'idea, un'immagine, una conclusione, che sono tutte parole". La mente ha paura di essere totalmente vuota, perciò dice: "Devo essere". Ha una tale paura di essere vuota che deve tenersi occupata con il cibo, con il sesso, con Dio, con la politica, con dozzine di cose; a causa di questa paura di essere completamente vuota. L'osservatore è il passato e l'osservatore è il presente. Può la mente osservare la sensazione che è il presente senza darle un nome?

Desiderio

Perché siamo tormentati dal desiderio? Perché abbiamo trasformato il desiderio in una cosa tormentosa? C'è il desiderio di potere, desiderio di posizione, desiderio di fama, desiderio sessuale, desiderio di denaro, di possedere un'automobile e così via. Che cosa si intende con la parola 'desiderio'? E perché è sbagliato? Perché diciamo che dobbiamo reprimere o sublimare il desiderio, intervenire in qualche modo su di esso? Stiamo cercando di scoprirlo. Non limitatevi ad ascoltarmi, ma indagate con me e scoprite voi stessi. Che cosa c'è di sbagliato nel desiderio? Lo reprimete, non è vero? La maggior parte di noi reprime il desiderio per svariate ragioni: perché non è vantaggioso, non è soddisfacente, perché pensate che non sia morale o perché i testi religiosi dicono che per trovare Dio dovete essere privi di desideri, e così via. La tradizione dice che dovete reprimere, controllare, dominare il desiderio, e così impiegate tempo ed energia per autodisciplinarvi. Vediamo in primo luogo che cosa accade a una mente che controlla di continuo se stessa reprimendo o sublimando il desiderio. Questa mente, così occupata con se stessa, diventa insensibile. Benché parli di sensibilità, bontà; benché dica che dobbiamo essere fratelli, che dobbiamo creare un mondo meraviglioso e tutte altre insensatezze di cui parla la gente che reprime il desiderio; una tale mente è insensibile, perché non comprende ciò che ha represso. Che reprimiate il desiderio o che lo alimentiate è essenzialmente la stessa cosa, perché il desiderio è sempre lì. Potete reprimere il desiderio per una donna, per una macchina, per una posizione; ma la spinta stessa a non avere queste cose, che vi spinge a reprimere il desiderio di esse, è di per sé una forma di desiderio. Essendo intrappolati nel desiderio dovete comprenderlo, e non dire che è giusto o sbagliato. Che cos'è il desiderio? Quando vedo un albero oscillare al vento, è una cosa bella da guardare; che cosa c'è di sbagliato? Che cosa c'è di sbagliato nel guardare il bellissimo movimento di un uccello in volo? Che cosa c'è di

sbagliato nel guardare una macchina nuova, costruita meravigliosamente e tutta splendente? E che cosa c'è di sbagliato nel vedere una bella persona con un viso armonioso, un viso che rivela buon senso, intelligenza e qualità? Ma il desiderio non si ferma qui. La vostra percezione non è solo percezione, ma assieme ad essa viene la sensazione. Con il sorgere della sensazione volete toccare, entrare in contatto, e così viene la spinta a possedere. Dite: "È bellissimo, devo averlo", e così inizia il tumulto del desiderio. È possibile vedere, osservare, essere consapevoli delle cose belle e brutte della vita senza dire: "Devo avere" o "Non devo avere"? Avete mai osservato semplicemente qualcosa? Capite? Avete mai osservato vostra moglie, i vostri figli, i vostri amici; li avete mai guardati e basta? Avete mai guardato un fiore senza definirlo una rosa, senza volervelo mettere all'occhiello, portarlo a casa o darlo a qualcuno? Se riuscite a osservare in questo modo, senza tutti i valori attribuiti dalla mente, allora scoprirete che il desiderio non è una cosa così mostruosa. Potete guardare un'automobile, vederne la bellezza e non cadere nel tumulto o nella contraddizione del desiderio. Ma ciò richiede un'immensa intensità di osservazione, non solo un'occhiata distratta. Non che non abbiate più desideri, ma semplicemente la mente è capace di guardare senza descrivere. Può guardare la luna senza dire immediatamente: "Questa è la luna, che meraviglia". Non c'è chiacchiericcio della mente che si interpone. Se fate così scoprirete che nell'intensità dell'osservazione, del sentire, del vero sentimento, c'è l'azione stessa dell'amore, che non è l'attività contraddittoria del desiderio. Provate e vedrete quanto sia difficile per la mente osservare senza chiacchierare attorno a ciò che osserva. Ma l'amore ha certamente questa natura, non è vero? Come potete amare se la vostra mente non tace mai, se state sempre pensando a voi stessi? Amare una persona con tutto il vostro essere, mente, cuore e corpo, richiede una grande intensità; e

quando l'amore è intenso il desiderio presto scompare. Quasi nessuno di noi ha mai provato questa intensità riguardo a qualcosa che non sia il nostro profitto, conscio o inconscio; non proviamo mai un sentimento per qualcosa senza volerne ricavare un vantaggio. Ma solo quando ha questa intensa energia, la mente è in grado di seguire il rapido movimento della verità. La verità non è statica, è più veloce del pensiero, e la mente non può concepirla. Per comprenderlo deve esserci questa immensa energia, che non si può conservare né coltivare. Questa energia non viene attraverso la negazione di sé, attraverso la repressione. Al contrario, esige il completo abbandono; e non potete abbandonare voi stessi, o abbandonare qualunque cosa abbiate, se cercate soltanto un risultato.

Che cos'è il desiderio? Il desiderio porta chiarezza? E questa chiarezza è abilità in azione? Nel terreno del desiderio fiorisce la compassione? Sono queste le domande che dovete porvi. Per scoprire la verità a questo riguardo dovete esaminare che cos'è il desiderio, non il desiderio per l'oggetto. Gli oggetti non sono importanti, cambiano; da bambini desiderate un giocattolo e crescendo desiderate altre cose. Non stiamo discutendo o dibattendo assieme gli oggetti del desiderio, ma che cos'è il desiderio in sé. Se non porta chiarezza, e se il desiderio non è il terreno in cui fioriscono la bellezza e la grandezza della compassione, che posto ha il desiderio? Dovete indagare e scoprire, non secondo i vari psicologi, i vari predicatori, compreso chi vi parla, ma indagare assieme per scoprire. Stiamo pensando assieme, ragionando assieme, scoprendo assieme. Non sono io che scopro qualcosa e voi lo accettate o lo rifiutate, ma stiamo scoprendo assieme. Allora, che cos'è il desiderio? Il desiderio di una società migliore, e la coltivazione di questo desiderio diventa passione per un'idea. Molti si pronunciano in favore del comunismo, sono appassionati al comunismo o a un'altra forma di proiezione ideologica. Per questo è importante capire che cos'è il desiderio; non come

reprimerlo, non come fuggire o come abbellirlo, ma semplicemente capire che cos'è il desiderio. Come mai gli esseri umani sono intrappolati nel desiderio? Per un anno o per trent'anni siete cristiani, poi gettate via tutto e vi unite a un'altra etichetta definita induista, buddhista, zen o quello che volete. Indagando dobbiamo trattare con i fatti, non con le opinioni, non con i giudizi; perché in questo modo voi potreste avere le vostre opinioni e chi parla potrebbe avere le sue, e quindi c'è scontro, non c'è comunicazione. Ma noi esaminiamo i fatti; non il vostro fatto o il mio fatto, ma il fatto che gli esseri umani hanno desideri colossali, desideri assurdi, desideri illusori. Che cos'è il desiderio? In che modo si produce? Indagatelo. Osservatelo. Purtroppo, o per fortuna, avete i vostri desideri. Il desiderio di essere buoni: come nasce in voi questo desiderio? Vedete una bellissima donna, un bellissimo uomo. La percezione, il vedere; poi il contatto, poi la sensazione; quindi la sensazione viene sostituita dal pensiero, che diventa desiderio con la sua immagine. Seguitelo da voi e lo vedrete. Vedete un magnifico vaso, una splendida scultura, una splendida statua dell'antico Egitto o greca, e la guardate. Mentre la guardate, se vi è consentito, la toccate. Vedete la profondità della figura seduta su un seggio o seduta a gambe incrociate. Da ciò nasce una sensazione, non è vero? "Che oggetto meraviglioso!". Muovendo da questa sensazione, il desiderio dice: "Vorrei averla in casa mia. Vorrei poterla guardare, toccare tutti i giorni". Di qui nasce l'orgoglio del possesso di avere una cosa così meravigliosa. È questo il desiderio, no? Vedere, contatto, sensazione; poi il pensiero che utilizza la sensazione per coltivare il desiderio di possedere o di non possedere. Tutto ciò è evidente. Non è la mia spiegazione, è la spiegazione di un fatto. Ora viene il difficile. Pensate alle persone religiose di tutto il mondo che hanno detto: "Non guardate. Quando si avvicina una donna, guardate da un'altra parte. Pensate a lei come a vostra sorella, a vostra madre, a Dio", o quello

che sia. [Risate] Ridete, ma siete nati proprio in questo. Siete stati condizionati a questo. Tutte le persone religiose hanno detto: "Fate voto di celibato. Non guardate le donne. Se le guardate, trattatele come se fossero vostra sorella, vostra madre, quello che volete, perché siete al servizio di Dio e avete bisogno di tutta la vostra energia per servirlo. Al servizio di Dio avrete grandi tribolazioni, quindi siate pronti, non sprecate la vostra energia". Ma c'è qualcosa che ribolle, no? E vogliamo appunto capire che cos'è che ribolle. Senza considerare quella donna o quell'uomo, ma che cos'è il desiderio che ribolle continuamente, che vuole essere appagato, vuole essere soddisfatto. Abbiamo detto che il desiderio è il movimento della percezione (il vedere), del contatto, della sensazione e del pensiero in quanto desiderio con la sua immagine. E ora diciamo che la percezione, il contatto e la sensazione sono normali, salutari. Finisce qui, non lasciate che il pensiero si intrometta, assuma il controllo e lo trasformi in desiderio. Se lo comprendete vedrete che non ci sarà nessuna repressione del desiderio. Vedete una bella casa, costruita bene, con belle finestre, un magnifico giardino, ben tenuta, un tetto che si confonde con il cielo e muri solidi che fanno parte della terra. La guardate, c'è una sensazione. La toccate, forse non realmente, ma la toccate con gli occhi; annusate l'aria, le piante, l'erba appena tagliata. Non potete fermarvi qui? Perché la sensazione diventa desiderio? La percezione, il contatto, la sensazione sono naturali; è bello vedere una cosa gradevole, o anche una cosa sgradevole. Dite: "Che splendida casa" e finisce qui. Non registrate sotto forma di un pensiero che dice: "Vorrei averla", che è il desiderio e la continuità del desiderio. È facile farlo, e intendo proprio facile, se comprendete la natura del desiderio.

Interlocutore: Sappiamo che il sesso è un'esigenza fisica e psicologica cui non si può sfuggire, e che esso sembra costituire la causa radicale del caos nella vita personale

della nostra generazione. In quale modo si dovrà affrontare questo problema?

Krishnamurti: Perché mai, qualsiasi argomento tocchiamo, troviamo un problema? Abbiamo fatto un problema di Dio, abbiamo fatto un problema dell'amore, abbiamo fatto della relazione, del vivere un problema, e abbiamo fatto un problema del sesso. Perché? Perché qualsiasi cosa facciamo è un problema, un orrore? Perché soffriamo? Perché il sesso è diventato un problema? Perché ci assoggettiamo a vivere con tutti questi problemi, perché non vi poniamo termine? Perché non uccidiamo i nostri problemi anziché trascinarceli giorno dopo giorno, anno dopo anno? Senza dubbio il sesso è una questione di rilievo, ma vi è la questione primaria: perché trasformiamo la vita in un problema? Il lavoro, il sesso, guadagnarsi il pane, pensare, sentire, sperimentare, ebbene, tutta faccenda del vivere: perché tutto ciò è un problema? Non è forse perché pensiamo sempre da un punto di vista particolare, fisso? Pensiamo sempre partendo da un centro verso la periferia, ma la periferia, per la maggior parte di noi, è lo stesso centro, e così qualsiasi cosa tocchiamo è superficiale. Ma la vita non è superficiale; essa esige che si viva completamente, e proprio perché non viviamo che superficialmente, conosciamo soltanto reazioni superficiali. Qualsiasi cosa si faccia in periferia, creerà inevitabilmente un problema, e questa è la nostra vita: viviamo alla superficie, e siamo contenti di viverci, con tutti i problemi che la superficie comporta. I problemi esisteranno finché vivremo in superficie, alla periferia, essendo la periferia il 'me' e le sue sensazioni, che possono venir esternate e rese soggettive, che possono identificarsi con l'universo, con la patria e con qualsiasi altra cosa che la mente fabbrichi. Finché vivremo entro il campo della mente vi saranno complicazioni, e dovranno esservi problemi: questo è tutto ciò che sappiamo. La mente è sensazione, la mente è il risultato di sensazioni e reazioni accumulate, e tutto ciò che

essa tocca è destinato a creare miseria, confusione, problemi senza fine. La mente è la causa reale dei nostri problemi, la mente che opera meccanicamente notte e giorno, consciamente o inconsciamente. La mente è una cosa estremamente superficiale, e abbiamo passato generazioni intere, trascorriamo tutta la vita a coltivare la mente, rendendola sempre più abile, sempre più sottile, sempre più astuta, sempre più disonesta e tortuosa, il che è evidente in tutte le attività della vita. La natura stessa della mente è di essere disonesta, tortuosa, incapace di affrontare i fatti, ed è questo che crea i problemi: è in questo che consiste il problema in se stesso. Che cosa intendiamo col problema del sesso? Si tratta dell'atto sessuale, o di un pensiero circa l'atto? Senza dubbio non si tratta dell'atto. L'atto sessuale per me non è un problema, non più che mangiare, ma se pensate a mangiare o a qualsiasi altra cosa tutto il giorno, perché non avete altro da pensare, diventerà un problema. È l'atto sessuale il problema, ovvero il pensiero circa l'atto? Perché pensate ad esso? Perché ci costruite sopra, cosa che state ovviamente facendo? I cinema, le riviste, i romanzi, il modo in cui vestono le donne, tutto contribuisce a costruire il vostro pensiero sul sesso. Perché la mente lo costruisce, perché mai la mente pensa al sesso? Perché è divenuto un argomento fondamentale della vostra vita? Mentre tante cose chiedono, esigono la vostra attenzione, voi la dedicate completamente al pensiero del sesso. Che cosa accade, perché le vostre menti ne sono tanto occupate? Perché è un modo di evadere definitivamente, non è così? È un modo di dimenticarsi completamente. Per un momento, almeno in quell'istante, potete dimenticare voi stessi, e non vi è altro modo per dimenticare voi stessi. Qualsiasi altra cosa facciate nella vita accentua il 'me', l'io. I vostri affari, la religione, gli dèi, i vostri capi, i vostri atti economici e politici, le vostre evasioni, le vostre attività sociali, il vostro aggregarvi a un partito e respingerne un altro, tutto ciò

accentua e rafforza il 'me'. Vale a dire, vi è soltanto un atto nel quale non si accentua l'io, e pertanto quell'atto diventa un problema, non è così? Quando esiste soltanto un'unica cosa nella vostra vita, che è la strada per l'ultima evasione, per il completo dimenticare se stessi, sia pure per pochi secondi, vi aggrappate ad essa, perché è quell'unico momento nel quale siete felici. Qualsiasi altro argomento tocchiate diviene un incubo, una fonte di sofferenza e di pena, così vi aggrappate all'unica cosa che vi offre completa dimenticanza di voi stessi, che voi chiamate felicità. Ma quando vi aggrappate ad essa, anch'essa diviene incubo, poiché allora desiderate liberarvene, non intendete esserne schiavi. Così inventate, partendo pur sempre dalla mente, l'idea della castità, del celibato, e cercate di restare casti, di essere celibi, mediante la soppressione: operazioni tutte della mente, fatte per tagliarvi fuori dal fatto. Anche questo produce un'accentuazione particolare dell'io, che si sforza di diventare qualche cosa, e così di nuovo siete catturati dal turbamento, dal travaglio, dallo sforzo, dal dolore. Il sesso diviene un problema straordinariamente difficile e complesso finché non si comprende la mente che pensa circa il problema. L'atto in se stesso non potrà mai essere un problema, che è creato dal pensiero circa l'atto. L'atto lo salvaguardate; vivete liberamente, oppure vi rassegnate al matrimonio, trasformando così vostra moglie in una prostituta che sotto ogni apparenza è estremamente rispettabile, e siete soddisfatti delle cose come stanno. Senza dubbio il problema sarà risolto soltanto quando comprenderete l'intero processo e l'intera struttura del me e del mio; mia moglie, mio figlio, i miei beni, la mia macchina, le mie conquiste, il mio successo; finché non comprenderete e risolverete tutto ciò, resterà il problema del sesso. Finché sarete ambiziosi, politicamente, religiosamente o in qualsiasi altro modo, finché sottolineerete l'io, sottolineerete colui che pensa, colui che sperimenta, nutrendolo di ambizione sia in nome di voi

stessi sia in nome del vostro Paese, del vostro partito o di un'idea che chiamate religiosa; finché esisterà questa attività di autoespansione, continuerete ad avere un problema sessuale.

In primo luogo, perché gli esseri umani in ogni parte del mondo hanno reso il sesso così importante nella loro vita? Capite la mia domanda? Perché? Oggi, in Occidente, il sesso è permissivo: ragazzi e ragazze di dodici, tredici anni, fanno già sesso. E ci si chiede perché gli esseri umani, attraverso le loro attività, attraverso la loro vita, ne hanno fatto una cosa di colossale importanza. Avanti, rispondete. Ponete la domanda. Stiamo condividendo questa domanda, giusto? Non state semplicemente ascoltando un oracolo delfico, ma stiamo esaminando assieme. È la vostra vita e la stiamo guardando. C'è una filosofia chiamata tantra, basata in parte sul sesso, che sostiene che attraverso il sesso possiamo raggiungere Dio, qualunque sia il dio in questione. È molto popolare. Poi ci sono coloro che come i monaci, i sannyasi indiani e i preti buddhisti negano il sesso sostenendo che è uno spreco di energia e che per servire Dio dovete conservare tutta la vostra energia. Perciò negate, reprimete, bruciate interiormente di desiderio, ma reprimetelo, controllatelo! Quindi, c'è la permissività e la repressione cosiddetta religiosa. Poi ci sono quelli che stanno in mezzo e si godono entrambe le cose, un piede di qua e un piede di là! Parlano di entrambe le cose cercando di armonizzarle per trovare Dio, o qualunque cosa vogliate trovare. Probabilmente, alla fine, tutto ciò che troverete è un'enorme sciocchezza! Perciò ci chiediamo: perché gli uomini, le donne, hanno fatto del sesso qualcosa di così importante? Perché non dare la stessa importanza all'amore? Capite? Alla compassione? Al non uccidere? Perché assegnare un così grande valore solo al sesso? Guerre, orrori, divisioni tra nazioni, tutta la società immorale in cui viviamo: perché non dare un'uguale importanza a tutto questo e non solo al sesso? Forse perché

il sesso è il piacere più grande della vita? Perché il resto della vostra vita è una noia, una fatica, una lotta, un conflitto, un'esistenza priva di senso? Ma il sesso vi dà almeno un senso di piacere, un senso di benessere, il senso di quello che chiamate rapporto e che chiamate anche amore. Non è così? È questo il motivo per cui siamo tutti così pazzi per il sesso? Perché nelle altre direzioni non siamo liberi? Dovete stare in ufficio dalle nove alle cinque, dove subite prepotenze, dove il capo vi tiranneggia. Sapete quello che succede in un ufficio, in fabbrica o in qualunque altro lavoro in cui qualcuno sta sopra di voi. Così la nostra mente è diventata meccanica; ripetiamo, ripetiamo e ripetiamo; precipitiamo in una tradizione, in un solco, in una rotaia. Il nostro pensiero diventa: sono cristiano, sono induista, sono buddhista, sono cattolico. Tutta la cosa è nettamente definita e voi la seguite. Oppure rifiutate tutto quanto e vi create da soli la vostra routine. La nostra mente è diventata schiava di vari modelli esistenziali, giusto? Quindi è diventata meccanica. E il sesso, che è piacevole, a poco a poco è diventato anch'esso meccanico. Ma se vogliamo andare davvero a fondo alla questione, ci chiediamo: l'amore è sesso? Avanti, chiedetevelo. L'amore è piacere? L'amore è desiderio? L'amore è il ricordo di un evento che chiamate sesso, con tutte le immagini, le scene e il ripensarci? L'amore è questo? L'amore, Dio ci perdoni, l'amore è ricordo? Vedete a che cosa si è ridotto tutto? I rapporti umani sono piacere, sesso, conflitto, litigi, divisioni. Tu vai per la tua strada, io vado per la mia. Capite? Questi sono i rapporti, i nostri veri rapporti nella vita quotidiana. Siamo vicendevolmente gelosi, vogliamo possederci a vicenda, vogliamo dominarci a vicenda e così c'è reciprocamente antagonismo; uno è sessualmente insoddisfatto e si rivolge a qualcun altro, ma in questi rapporti fondati sul sesso c'è solitudine, non è vero? Tutto questo, e la continua ricerca del proprio piacere, è amore? Trascurate, mettete da parte questa cosa chiamata amore,

forse la cosa più bella che possiamo avere, e siete presi nel vortice del vostro desiderio, del vostro piacere. Giusto? E così cerchiamo continuamente non solo soddisfazione sessuale, ma gratificazione in ogni direzione. Tutto ciò è basato sul piacere e noi lo chiamiamo amore. Per amore di una nazione ci uccidiamo a vicenda. Alla fine di tutto ciò, ci chiediamo perché uomini e donne abbiano assegnato al sesso una tale, straordinaria importanza. Uomini e donne hanno forse perduto la loro capacità creativa (non capacità sessuale, ma capacità creativa) di vedere, di essere luce a se stessi, di non seguire nessuno, di non adorare nessuna immagine, illusione o credenza? Se mettete da parte tutto ciò e se avete compreso i vostri piccoli e meschini desideri, che sono i vostri impulsi e gratificazioni sessuali, se vedete tutto questo, se ne avete un insight, da ciò viene la creatività. Non intendo dipingere un quadro o scrivere una poesia, ma un senso di perenne freschezza. Capite? Avere una mente fresca, giovane, sempre innocente, non oscurata, non appesantita da ogni tipo di ricordo, di insoddisfazione, paure e ansie. Se avete abbandonato tutte queste cose, c'è un tipo di mente completamente diverso. Allora il sesso ha il suo posto. Sembra che non abbiamo la qualità dello scetticismo, capite? Scetticismo riguardo ai nostri stessi bisogni, per mettere in dubbio e indagare.

Felicità

Interlocutore: Non stiamo forse cercando la felicità?

Krishnamurti: Per rispondere a questa domanda, per capirla a fondo e pienamente, non dobbiamo forse comprendere prima che cos'è questa ricerca? Perché cerchiamo la felicità? Perché questa continua caccia alla felicità, alla gioia, a essere qualcosa? Perché c'è questa ricerca, questo immenso sforzo per trovare? Se riusciamo a comprenderlo e a indagarlo pienamente, forse capiremo che cos'è la felicità senza doverla cercare. Dopo tutto, la felicità è un sottoprodotto di secondaria importanza. Non è

un fine in se stessa, se fosse un fine in se stessa non avrebbe senso. Che cosa significa essere felice? Un uomo che beve un bicchiere è felice. L'uomo che getta una bomba contro altre persone è esultante e dice di essere felice, o che Dio è con lui. Sensazioni momentanee, che scompaiono, danno questo senso di felicità. Ma c'è sicuramente un'altra qualità che è essenziale alla felicità. Perché la felicità non è un fine, non più della virtù. La virtù non è un fine in se stessa; dà la libertà e in questa libertà c'è lo scoprire. Perciò, la virtù è essenziale. Al contrario, una persona non virtuosa è schiava, in disordine, continuamente perduta, confusa. Ma considerare la virtù come fine a se stessa, o la felicità come fine a se stessa, ha scarso significato. La felicità non è un fine. È un punto secondario, un sottoprodotto che viene in essere se comprendiamo qualcos'altro. È questa comprensione di qualcos'altro, e non la ricerca della felicità, che è importante.

La sensazione è una cosa e la felicità un'altra. La sensazione cerca sempre ulteriore sensazione, in cerchi sempre più ampi. Non c'è fine ai piaceri della sensazione; si moltiplicano, ma nel loro appagamento c'è sempre insoddisfazione; c'è sempre desiderio del 'di più' e questa esigenza del di più è senza fine. Sensazione e insoddisfazione sono inseparabili, perché il desiderio per il di più le lega assieme. La sensazione è desiderio di avere di più o desiderio di avere di meno. Nell'atto stesso di appagare la sensazione, nasce l'esigenza di averne di più. La mente non potrà mai trovare la felicità. La felicità non è qualcosa da cercare e trovare, com'è invece la sensazione. La sensazione si può ritrovare tante volte, perché la si perde continuamente; ma la felicità non si può trovare. La felicità ricordata è solo una sensazione, una reazione pro o contro il presente. Ciò che è finito non è felicità; l'esperienza della felicità che è finita, è sensazione, perché il ricordo è il passato e il passato è sensazione. La felicità non è una sensazione.

I.: Che cos'è la felicità? Non è la ricerca della felicità che spinge la mente a volere nuove esperienze? Esiste uno stato di felicità che è al di là della mente?

K.: Perché chiediamo 'che cos'è la felicità'? È il giusto approccio? È la giusta indagine? Non siamo felici. Se fossimo felici il nostro mondo sarebbe completamente diverso; la nostra civiltà, la nostra cultura sarebbero totalmente, radicalmente diverse. Siamo esseri umani infelici, meschini, sconsolati, vani, in lotta; ci circondiamo di cose futili, inutili e cerchiamo soddisfazione in piccole ambizioni, il denaro, la posizione. Siamo esseri infelici nonostante la nostra conoscenza, il denaro, le case lussuose, un mucchio di figli, automobili, esperienze. Siamo esseri umani infelici e sofferenti. Dato che soffriamo vogliamo la felicità e così ci facciamo traviare da chi promette la felicità sociale, economica o spirituale. Vogliamo fuggire da ciò che è: dalla sofferenza, dal dolore, dall'isolamento, dalla disperazione. Vogliamo fuggire da tutto ciò, questa fuga è un'esperienza e chiamiamo questa esperienza felicità. C'è un altro tipo di felicità? A che cosa mi serve chiedere se esiste la felicità mentre sto soffrendo? Posso comprendere la sofferenza? Questo è il mio problema, non come essere felice. Sono felice quando non soffro; ma nel momento in cui ne sono cosciente, non è più felicità. Non è così? Nel momento in cui so di essere virtuoso, non sono più virtuoso. Nel momento in cui so di essere umile, coraggioso, generoso; nel momento stesso in cui ne sono consapevole, non lo sono più. La felicità, come la virtù, non è una cosa che si può cercare, una cosa che si sollecita. Se viene coltivata, la virtù diventa immorale perché rafforza il 'me', l'io, conducendo alla rispettabilità, che è l'io. Quindi devo comprendere che cos'è la sofferenza. Ma posso comprendere la sofferenza se una parte della mia mente fugge nella ricerca della felicità, alla ricerca di una via d'uscita dall'infelicità? Non devo forse, se voglio comprendere la sofferenza, essere totalmente uno con essa;

non rifiutarla, non giustificarla, non condannarla, non paragonando ma essere totalmente con essa e comprenderla? Posso ascoltare la voce della sofferenza senza proiezioni? Se sto cercando la felicità, non posso ascoltare. Quindi la mia ricerca, la mia indagine, non riguarda più la felicità, né se vi sia una felicità al di là della mente, se sia permanente o impermanente, né se sia un'esperienza e quindi da immagazzinare. Nel momento in cui faccio una di queste cose è già scomparsa, non è più felicità. La verità della felicità arriverà se so ascoltare. Devo sapere come ascoltare la sofferenza; se so ascoltare la sofferenza, so ascoltare la felicità, perché è ciò che io sono. Soffro, ho paura della morte, voglio sicurezza dopo la morte; voglio essere permanente, avere una posizione, ricchezze, comodità; sono pieno del dolore della solitudine. Posso ascoltare tutto questo? Allora il mio problema non è più la felicità, ma scoprire come ascoltare la voce della sofferenza, semplicemente ascoltare senza cercare di interpretare. È un processo davvero arduo, perché la mente si oppone in continuazione a vivere con la sofferenza, a guardarla senza interpretarla, senza giustificarla, senza tradurla e senza condannarla, ma guardarla, conoscerne il contenuto, sviluppare familiarità con essa, amarla. La mente può ascoltare la voce di ciò che è oltre la sofferenza solo se non fugge dalla sofferenza rifugiandosi in qualche futile immaginazione, illusione o desiderio di soddisfazione. L'importante non è quindi se esista la felicità, ma indagare sin dall'inizio che cos'è la sofferenza e stare con essa finché arriva la risposta giusta. La risposta giusta non può arrivare se la cercate. Nel momento in cui cercate la risposta giusta, la mente sta proiettando quella che vuole come risposta; quindi non è più interessata ad ascoltare la sofferenza. Non è più interessata ad ascoltare, è interessata alla risposta attraverso cui rifiutare la sofferenza. Nel momento stesso in cui volete rifiutare qualcosa, troverete una risposta soddisfacente; e così la mente cercherà quella

soddisfazione e non la comprensione della sofferenza. In fondo, è quello che vogliamo tutti. Vogliamo la soddisfazione, nella posizione sociale, nei rapporti o nelle idee. Più abbiamo soddisfazione e più soffriamo, perché la mente soddisfatta non è mai in pace: viene continuamente sfidata in tutti i settori della vita. Quindi, una mente che comprende che sta cercando la soddisfazione, la soddisfazione del desiderio di trovare una risposta alla sofferenza, abbandona tutto ciò. Allora c'è soltanto l'ascoltare, il vedere l'intero processo di come la mente fugge, di come non rimane mai con la sofferenza, di come non affronta la paura. La paura nasce solo quando scappiamo da tutto questo. La paura è nel processo stesso della fuga, non quando affrontate le cose. Solo quando fuggite dalle cose, in questa stessa fuga si crea la paura; non quando guardate la cosa, ciò che è. Posso quindi guardare la sofferenza senza fuggire, che è appunto ciò che crea sofferenza, che crea paura, che mi impedisce di guardare? Se riesco a guardarla, c'è la possibilità di ascoltare la sofferenza senza interpretazioni, senza giudizio, senza traduzione o ricerca di un risultato. Solo allora c'è la possibilità di ascoltare, di scoprire qualcosa al di là della mente. Non possiamo scoprire ciò che è al di là della mente se non riusciamo, se non sappiamo rimanere di fronte a ciò che è. Richiede enorme attenzione, una grande consapevolezza passiva osservare senza giustificazioni, senza giudizi; semplicemente osservare, semplicemente ascoltare. In ciò c'è trasformazione. In ciò c'è una felicità che non è misurabile dal tempo, dalla mente.

Quando vedete una cosa bella, c'è immediata gioia; vedete un tramonto e c'è un'immediata reazione di gioia. L'istante successivo, questa gioia è diventata ricordo. Questo ricordo di una gioia è una cosa viva? Il ricordo del tramonto è una cosa viva? No, è una cosa morta. E con questa impressione morta di un tramonto, attraverso di essa, volete trovare la gioia. Il ricordo non ha gioia, è solo la

rimembranza di qualcosa che ha creato gioia. In se stesso, il ricordo non ha gioia. C'è gioia, la reazione immediata alla bellezza di un albero; poi interviene il ricordo e distrugge la gioia. Ma se c'è la costante percezione della bellezza senza accumulo di ricordi, c'è la possibilità della gioia che dura per sempre. Ma non è così facile essere liberi dal ricordo. Nel momento in cui vedete qualcosa di piacevole, lo trasformate immediatamente in qualcosa che volete trattenere. Vedete una bella cosa, un magnifico bambino, un bellissimo albero; quando lo vedete c'è un piacere immediato, poi ne volete di più. Il 'di più' è la reazione della memoria. Appena ne volete di più, avete già dato inizio al processo di disintegrazione.

La gioia non è il piacere. Non potete pensare la gioia; potete pensarla e ridurla a piacere, ma ciò che chiamiamo gioia, estasi, non è un prodotto del pensiero. Avete notato che, se si produce uno scoppio di gioia, il giorno dopo non riuscite a riprodurla nel pensiero? E, se lo fate, è già diventata piacere? La paura e il piacere sono alimentati dal pensiero, ricevono continuità dal pensiero. È possibile guardare una grande bellezza, la bellezza di un cielo limpido, la bellezza di un tramonto, la bellezza di un volto, la bellezza della verità, guardarla e chiudere lì, senza più pensarci?

Portiamo con noi i nostri piaceri e le nostre paure. In quanto esseri umani, voi, l'io, il 'me' sono il carico della paura e del piacere. Avete paura di perdere questo carico. Una mente che comprende la natura e la struttura del pensiero è libera dalla paura. Comprendendo la paura comprende anche il piacere, il che non significa non sperimentare piacere. Quando guardate una nuvola, una foglia, guardarle è un piacere. La bellezza di qualunque cosa è un piacere; ma, se lo portate con voi nel giorno dopo, inizia il dolore. La gioia è completamente diversa dal piacere. Potete sollecitare il piacere, potete pensarci, alimentarlo, nutrirlo, cercarlo, inseguirlo, trattenerlo; ma

non potete fare la stessa cosa con la gioia, con l'estasi. Avviene naturalmente, con facilità, senza essere stata chiamata, questa estasi, quando comprendete la paura e il piacere. Una mente che è davvero libera da questo, o meglio che lo comprende, questa mente, in cui c'è estasi, non è mai violenta, non è mai ambiziosa, non è mai alla ricerca di posizione, prestigio e tutto il resto di questo nonsenso.

Non c'è dualità nell'estasi. È uno stato che viene spontaneamente in essere senza che noi lo vogliamo. La sofferenza è un segnale di dualità. Se non lo comprendiamo, perpetuiamo la dualità attraverso i tanti sforzi e processi intellettuali per superare la dualità, per consegnarci a qualche opposto, per sviluppare le virtù e così via. Tutti questi tentativi non fanno che rafforzare la dualità. Se c'è mancanza di sensibilità nei confronti della bruttezza, della sofferenza, c'è anche profonda insensibilità alla bellezza, alla gioia. La resistenza alla sofferenza è anche una barriera alla felicità. Che cos'è l'estasi? È lo stato dell'essere in cui la mente e il cuore sono in perfetta unione, in cui la paura non li lacera, in cui la mente non trattiene.

Non avete né il potere né la possibilità di provocare la gioia, perché se lo fai essa diventa piacere. Il piacere è il movimento del pensiero e il pensiero non ha la capacità e in nessun modo la possibilità di alimentare la gioia; se persegue ciò che gli ha portato gioia, questo non è altro che un ricordo, una cosa morta. La bellezza non vi lega mai al tempo; è completamente libera dal tempo e quindi dalla cultura. C'è quando non esiste l'io. L'io è messo insieme dal tempo, dal movimento del pensiero, dal conosciuto, dalla parola. Nell'abbandono dell'io, in quella totale attenzione, c'è l'essenza della bellezza. Il lasciar andare l'io non è l'azione calcolata del desiderio-volontà. La volontà ha una o più direzioni e quindi crea resistenze e divisioni che a loro volta portano al conflitto. La dissoluzione dell'io non è

l'evoluzione della conoscenza dell'io; il fattore tempo non c'entra affatto. Non esiste via o mezzo per porre fine all'io. La totale 'non azione' diretta all'interno è la sicura attenzione della bellezza.

Quando guardate una nuvola, la luce all'interno di una nuvola, c'è bellezza. La bellezza è passione. Per vedere la bellezza di una nuvola o la bellezza della luce su un albero, deve esserci passione, deve esserci intensità. In questa intensità, in questa passione, non c'è nessun sentimento, nessun senso di 'mi piace' o 'non mi piace'. L'estasi non è personale; l'estasi non è mia né vostra, così come l'amore non è né mio né vostro.

3 - Io e identificazione

Io e identificazione

L'esperienza crea quasi sempre un centro indurito nella mente: l'io, che è un fattore di deterioramento. Tutti vogliamo fare esperienze. Forse siamo stanchi di esperienze mondane come la fama, la notorietà, la ricchezza, il sesso e così via, ma continuiamo a volere esperienze più grandi, più ampie, di un altro tipo. Pensiamo che la ricerca dell'esperienza sia il giusto modo di vivere per raggiungere una visione più ampia, ma io mi chiedo se sia così. Questa ricerca di esperienze, che in realtà è una richiesta di sensazioni più grandi, più piene, conduce alla realtà? Oppure è un fattore che storpia la mente? Il desiderio fondamentale è sempre quello di sensazioni più grandi, la sensazione di piacere ampliata, ingrandita e resa durevole, in opposizione alla sofferenza, alla tetraggine, alla routine e all'isolamento della nostra vita quotidiana. La mente è alla continua ricerca di esperienze, l'esperienza si solidifica in un centro e da questo centro noi agiamo. Viviamo e abbiamo il nostro essere in questo centro, nell'esperienza accumulata e solidificata del passato. È possibile vivere senza creare questo centro di esperienze e di sensazioni?

Perché a me sembra che la vita avrebbe un significato molto diverso da quello che le diamo adesso. Attualmente ci preoccupiamo tutti di estendere questo centro, non è così? Di acquisire esperienze più grandi e più ampie che rafforzano continuamente l'io; e credo che ciò limiti inevitabilmente la mente. È quindi possibile vivere in questo mondo senza creare questo centro? Penso che sia possibile solo quando c'è una totale consapevolezza della vita, una consapevolezza in cui non c'è motivazione o scelta, ma semplice osservazione. Penso che scoprirete, se volete provare e riflettere un pò più a fondo su questo punto, che questa consapevolezza non crea un centro attorno al quale si possono accumulare le esperienze e le reazioni alle esperienze. Allora la mente diventa meravigliosamente viva, creativa; non nel senso di scrivere poesie o dipingere quadri, ma una creatività in cui l'io è del tutto assente. Penso che sia questo che tutti noi cerchiamo davvero: uno stato privo di conflitto, uno stato di pace e di serenità della mente. Ma non è possibile finché la mente è lo strumento della sensazione e chiede di continuo altre sensazioni. In fondo, la memoria si basa per la maggior parte sulle sensazioni, piacevoli o dolorose; cerchiamo di sottrarci a quelle dolorose e ci attacchiamo a quelle piacevoli; reprimiamo o tentiamo di evitare le prime e cerchiamo a tentoni le seconde, le teniamo strette, ci pensiamo e ripensiamo. Quindi, il centro della nostra esperienza è basato essenzialmente sul piacere e sul dolore, che sono sensazioni, e siamo alla continua ricerca di esperienze che speriamo siano durevolmente soddisfacenti. È questo che inseguiamo tutto il tempo e quindi c'è un perenne conflitto. Il conflitto non è mai creativo; al contrario, è il fattore più distruttivo, sia per la mente sia per il nostro rapporto con il mondo che ci circonda, ovvero la società. Se lo comprendiamo davvero a fondo, se comprendiamo che una mente che cerca esperienze limita se stessa ed è la causa della sua stessa sofferenza, forse possiamo scoprire che

cosa significa essere consapevoli. Essere consapevoli non significa imparare e accumulare lezioni dalla vita; al contrario, essere consapevoli significa essere privi delle cicatrici delle esperienze accumulate. In fondo, quando la mente accumula semplicemente esperienze in relazione ai propri desideri, rimane superficiale, poco profonda. Una mente che osserva in profondità non resta imprigionata in attività incentrate sull'io, e una mente in cui c'è qualunque movimento di condanna o di paragone non è una mente che osserva. Paragone e condanna non portano alla comprensione; anzi, la impediscono. Essere consapevoli significa osservare, osservare soltanto, senza nessun processo di identificazione. Questa mente è libera dal centro indurito, creato dalle attività incentrate sull'io. Credo sia molto importante avere realmente questo stato di consapevolezza, e non solo conoscerlo attraverso le descrizioni che un altro può darne. La consapevolezza viene in essere in modo naturale, spontaneo, quando comprendiamo quel centro che cerca continuamente esperienze, sensazioni. Una mente che cerca sensazioni attraverso le esperienze diventa insensibile, incapace di rapidi movimenti, e perciò non è libera. Ma, comprendendo le sue stesse attività incentrate sull'io, la mente trova uno stato di consapevolezza che è privo di scelta; e questa mente è allora capace di completo silenzio, immobilità.

Vorrei parlare di come l'esperienza rafforza l'io. Sapete che cosa intendo con 'io'? Intendo l'idea, il ricordo, le conclusioni, l'esperienza, le varie forme di intenzioni dicibili e indicibili, lo sforzo conscio per essere o non essere, i ricordi accumulati nell'inconscio; l'etnia, il gruppo, l'individuo, il clan e tutto il resto, che venga proiettato all'esterno sotto forma di azione o proiettato spiritualmente sotto forma di virtù. La lotta per tutto questo è l'io. In esso è inclusa la competizione, il desiderio di essere. Tutto questo processo è l'io; e sappiamo, se lo guardiamo, che è realmente una cosa cattiva. Uso intenzionalmente la parola

'cattivo', perché l'io divide, l'io chiude in se stessi; le sue attività, per quanto nobili, separano e isolano. Lo sappiamo benissimo. Sappiamo anche quanto siano straordinari i momenti in cui l'io è assente, in cui non c'è nessun senso di sforzo, di lotta; e ciò avviene quando c'è amore. Ritengo sia importante comprendere come l'esperienza rafforza l'io. Se vogliamo essere sinceri, dobbiamo comprendere questo problema dell'esperienza. Che cosa intendiamo per 'esperienza'? Abbiamo continuamente esperienze, impressioni; traduciamo queste impressioni, reagiamo ad esse o agiamo in conseguenza delle impressioni; siamo astuti, calcolatori e così via. C'è una continua interazione tra ciò che viene percepito oggettivamente e la nostra reazione, e una continua interazione tra l'inconscio e i ricordi dell'inconscio. In dipendenza dai miei ricordi reagisco a tutto ciò che vedo, a tutto ciò che sento. In questo processo di reazione a ciò che vedo, a ciò che sento, a ciò che so e a ciò che credo, avviene l'esperienza, non è così? La reazione è la risposta a qualcosa sentito come esperienza. Vi vedo e reagisco; la reazione è l'esperienza. Esperienza è il nome che diamo a questa reazione. Se non la denomino, non è esperienza. Vi prego, osservate. Osservate le vostre risposte e ciò che avviene in voi. Non c'è esperienza se non diamo un nome al processo che avviene simultaneamente. Se non vi riconosco, come posso avere un'esperienza? Poi c'è la proiezione di vari desideri. Desidero protezione, desidero sicurezza interiore; desidero un maestro, un guru, un insegnante, un dio e sperimento ciò che ho proiettato. Ho proiettato un desiderio che ha preso una forma alla quale ho dato un nome, e a questo reagisco. Ma è la mia proiezione, la mia denominazione. Il desiderio che mi fornisce un'esperienza mi fa dire: "Ho avuto", "Ho sperimentato", "Ho incontrato il maestro" o "Non ho incontrato il maestro". Come vedete, l'intero processo di dare un nome a un'esperienza. Il desiderio è ciò che chiamate esperienza, non è così? Se desidero il silenzio

della mente, che cosa avviene? Vedo l'importanza di avere una mente silenziosa, una mente tranquilla, per svariati motivi. Voglio avere una mente silenziosa e vi chiedo come devo fare. So che cosa dicono questo o quel libro sulla meditazione e sulle varie forme di disciplina. Voglio una mente silenziosa attraverso la disciplina e sperimento il silenzio. L'io, il 'me', si è insediato nell'esperienza del silenzio. Sono chiaro? Voglio capire che cos'è la verità: è il mio desiderio, la mia aspirazione. Così proietto quella che ritengo la verità, perché ho letto molto al riguardo, ho ascoltato molte persone parlarne, i testi religiosi la descrivono. Voglio tutto questo. Che cosa accade? Il mio stesso volere, il mio stesso desiderio viene proiettato e io sperimento uno stato che riconosco. Se non riconosco quello stato, quell'atto, quella verità, non lo chiamo verità. Lo riconosco e lo sperimento. Questa esperienza rafforza l'io, il 'me'. Quindi, l'esperienza rafforza sempre il 'me'. Più vi rafforzate e più vi arroccate nella vostra esperienza, e più l'io riceve forza. Come risultato avete una certa forza di carattere, una forte conoscenza, o una forte fede, che trasmettete agli altri perché sapete che non sono intelligenti come voi, perché avete il dono della scrittura e siete astuti. Poiché è ancora l'io ad agire, le vostre idee, i vostri maestri, le vostre caste, il vostro sistema economico sono tutti processi di isolamento e quindi creano contrasti. Se siete davvero sinceri a questo riguardo, dovete annullare totalmente tutto ciò e non trovarvi giustificazioni. Per questo dobbiamo comprendere il processo dell'esperienza. È possibile per la mente, per l'io, non proiettare, non desiderare, non fare esperienza? Vediamo che tutte le esperienze dell'io sono negazione, distruzione, eppure le definiamo attività positive. Non è così? Lo definiamo un modo di vivere positivo. Disfare tutto questo processo, lo chiamate negazione. Lo vedete? Lì non c'è niente di positivo. Possiamo, voi e io, individualmente, andare alla radice e comprendere il processo dell'io? Qual è

l'elemento in grado di dissolverlo? Che cosa provoca la dissoluzione dell'io? I gruppi religiosi e non solo ricorrono all'identificazione, non è così? Identificatevi con qualcosa di più grande e l'io scompare, ecco che cosa dicono. Ma noi stiamo dicendo che l'identificazione è ancora il processo dell'io, il 'più grande' è soltanto una proiezione del 'me', di cui io faccio esperienza e che quindi rafforza il 'me'. Non so se mi seguite. Tutte le varie forme di disciplina, fede e conoscenza rafforzano soltanto l'io. È possibile trovare un fattore che dissolva l'io? Oppure è la domanda sbagliata? Fondamentalmente è questo che vogliamo, vogliamo trovare, qualcosa che dissolva il 'me'. Non è così? Pensiamo che vi siano vari modi per trovarlo: l'identificazione, la fede e così via; ma sono tutti allo stesso livello, nessuno è superiore all'altro, perché tutti sono ugualmente efficaci nel rafforzare l'io, il 'me'. Ora, vedo il 'me' in funzione, ne vedo la forza e l'energia distruttiva. Comunque vogliate chiamarla è una forza che isola, una forza distruttiva, perciò voglio trovare il modo per dissolverla. Vi sarete chiesti tante volte come fare. Vedo la continua attività dell'io che crea solo ansia, paura, frustrazione, disperazione e infelicità, non solo per me ma per tutti quelli che mi circondano. È possibile dissolvere questo io, non solo in parte ma completamente? Possiamo andare alla sua radice e distruggerlo? Questo è l'unico modo, non è così? Non voglio essere parzialmente intelligente, ma intelligente in modo integrato. In genere siamo intelligenti a strati, probabilmente voi in un modo e io in un altro. Alcuni sono intelligenti negli affari, altri in un lavoro d'ufficio e così via. Le persone sono intelligenti in modi diversi, ma non siamo intelligenti integralmente. Essere integralmente intelligenti significa essere senza l'io. È possibile? Se è questo che vogliamo, qual è la vostra risposta? Le implicazioni di quello che ho cercato di dire devono avere prodotto in voi una reazione. Qual è la vostra risposta? È possibile che l'io sia completamente assente? Sapete che è possibile. Ma come?

Quali sono gli ingredienti, i requisiti necessari? Qual è il fattore che lo consente? Posso scoprirlo? Se pongo la domanda: "Posso scoprirlo?", significa che sono convinto che sia possibile. Ho già creato un'esperienza in cui l'io si rafforzerà. Non è così? Sono davvero sincero e voglio dissolvere l'io. Affermo di sapere che dissolvere l'io è possibile. Nel momento stesso in cui dico: "Voglio dissolverlo", nel processo stesso che metto in atto per dissolverlo, c'è l'esperienza dell'io; e così l'io viene rafforzato. È possibile per la mente essere immobile, in uno stato di non riconoscimento, ovvero di non esperienza; essere in uno stato in cui può avvenire la creatività perché l'io non c'è, l'io è assente? Non è questo il problema? Qualunque movimento della mente, positivo o negativo, è un'esperienza che non fa che rafforzare il 'me'. È possibile per la mente non riconoscere? Questo stato può esserci solo quando c'è totale silenzio, ma non il silenzio che è un'esperienza dell'io e che quindi rafforza l'io. C'è un'entità separata dall'io che lo osserva e lo dissolve? Mi seguite? C'è un'entità spirituale che sostituisce l'io, che lo distrugge e lo elimina? Noi pensiamo di sì, non è vero? Le persone religiose credono nell'esistenza di un elemento di questo tipo. Il materialista dice: "È impossibile distruggere l'io, può solo essere condizionato e tenuto a freno, in termini politici, economici e sociali. Possiamo mantenerlo fermamente all'interno di un certo modello e frenarlo; possiamo guidarlo a una vita più alta, una vita morale, adattandosi ai modelli sociali senza interferire e funzionando in modo meccanico". Tutto questo è noto. Poi vi sono persone cosiddette religiose (per niente religiose, benché si autodefiniscano tali) che dicono: "Sì, esiste un elemento di questo tipo. Se vi entriamo in contatto, dissolverà l'io". Esiste un elemento che può dissolvere l'io? Vi prego, osservate che cosa cerchiamo di fare. Stiamo semplicemente spingendo l'io in un angolo. Se lasciate che vi spingano in un angolo, vedrete che cosa accade. Vorremmo che vi fosse un elemento

eterno, diverso dall'io che, speriamo, interverrà, intercederà e distruggerà, e lo chiamiamo Dio. Può esistere una cosa del genere, che è concepita dalla mente? Può esistere o può non esistere, non è questo il punto. Quando la mente cerca uno stato spirituale senza tempo che entrerà in azione per distruggere l'io, non è forse un'altra forma di esperienza che rafforza il 'me'? Quando avete fede, non è forse questo che avviene? Credere che esista la verità, Dio, uno stato al di là del tempo, l'immortalità, non è un processo di rafforzamento dell'io? L'io ha proiettato ciò che sentite e credete che interverrà e distruggerà l'io. Avendo proiettato questa idea di continuità in uno stato privo di tempo come entità spirituale, ne farete esperienza; questa esperienza non farà che rafforzare l'io, e così che cosa avete fatto? Non avete distrutto realmente l'io: gli avete dato semplicemente un altro nome, un'altra qualità. L'io è sempre lì, perché ne fate esperienza. Così, dall'inizio alla fine la nostra azione è sempre la stessa. Pensiamo che sia evoluzione, crescita, sempre maggiore bellezza; ma, se osservate interiormente, è sempre la stessa azione che si ripete, lo stesso 'me' che funziona a livelli diversi con etichette diverse, con nomi diversi. Quando vedete l'intero processo, le astute e straordinarie invenzioni, l'intelligenza dell'io; il modo in cui si maschera attraverso l'identificazione, le virtù, l'esperienza, la fede, la conoscenza; quando vedete che vi state muovendo in cerchio, in una gabbia costruita da voi stessi, che cosa accade? Quando ne siete consapevoli, pienamente consci, la vostra mente non diventa straordinariamente silenziosa, e non attraverso la costrizione, non attraverso il desiderio di ricompensa o la paura? Quando capite che qualunque movimento della mente è soltanto un modo per rafforzare l'io, quando lo osservate, quando lo vedete, quando siete totalmente consapevoli delle sue attività, quando arrivate a questo punto; non in teoria, verbalmente, non attraverso l'esperienza, ma quando siete realmente questo stato;

allora vedete che la mente, completamente ferma, non crea più niente. Qualunque cosa crei la mente è sempre un circolo vizioso, è sempre nella sfera dell'io. Quando la mente non crea più, allora c'è creatività, che non è un processo riconoscibile. La realtà, la verità, non si può riconoscere. Perché si presenti la verità, qualunque credenza, conoscenza, esperienza, virtù o ricerca della virtù, che è diverso dall'essere virtuosi, tutto ciò deve finire. La persona virtuosa, che è cosciente di perseguire la virtù, non potrà mai scoprire la realtà. Potrà essere una persona per bene, ma ciò è completamente diverso dall'essere un uomo di verità, un uomo che comprende. All'uomo di verità, la verità è apparsa da sola. Una persona virtuosa è una persona 'nel giusto' e una persona nel giusto non potrà mai comprendere che cos'è la verità, perché per questa persona la virtù nasconde l'io, rafforza l'io che sta appunto perseguendo la virtù. Quando dice: "Devo essere senza avidità", lo stato di non avidità è un'esperienza che rafforza l'io. Perciò è importante essere poveri, non solo rispetto alle cose del mondo, ma anche rispetto alle credenze e alle conoscenze. Una persona ricca di cose materiali, o ricca di conoscenza o di fede, conoscerà soltanto oscurità e sarà il centro di tutti i mali e di infelicità. Ma se voi e io, individualmente, riusciamo a vedere l'intero funzionamento dell'io, sapremo che cos'è l'amore. Vi assicuro che questa è l'unica riforma in grado di cambiare il mondo. L'amore non è l'io. L'io non può riconoscere l'amore. Dite: "Ti amo", ma nello stesso dirlo, nello stesso sperimentarlo, non c'è amore. Quando conoscete l'amore, non c'è l'io. Dove c'è amore non c'è l'io.

La nostra struttura sociale e religiosa è basata sulla spinta a diventare qualcosa, in senso positivo o negativo. Questo processo è il nutrimento dell'ego attraverso il nome, la famiglia, i successi, l'identificazione con il me e il mio che è sempre causa di conflitto e sofferenza. Vediamo gli effetti di questo modo di vivere: lotta, confusione, antagonismo,

sempre ingrandirsi, inghiottire. Come si può trascendere la lotta e la sofferenza? È quello che cercheremo di capire in queste discussioni. Non è l'avidità la radice stessa dell'ego? Come può il pensiero, che è diventato lo strumento dell'espansione di sé, agire senza dare nutrimento all'ego, che causa conflitto e sofferenza? Non è una domanda fondamentale? Non lasciate che sia io a dire che è importante; non è forse una domanda vitale per ognuno di noi? Se lo è, non dobbiamo trovare la vera risposta? Nutriamo l'ego in molti modi e, prima di condannarlo o di incoraggiarlo, dobbiamo comprenderne il significato; non è così? Usiamo la religione e la filosofia come strumenti di espansione dell'io: la nostra struttura sociale si basa sull'ingrandimento dell'io; l'impiegato diventa manager e poi imprenditore, il discepolo diventa il maestro e così via. In questo processo c'è sempre conflitto, antagonismo, sofferenza. È un processo intelligente e inevitabile? Possiamo scoprire la verità da noi solo se non dipendiamo da un altro; nessuno specialista può darci la risposta giusta. Ognuno deve trovare la risposta giusta da solo. Per questo motivo è importante essere sinceri. La nostra sincerità cambia a seconda delle circostanze, degli umori e delle fantasie. Ma la sincerità non deve dipendere dalle circostanze e dagli umori, dalla persuasione o dalla speranza. Spesso pensiamo che uno shock potrebbe renderci sinceri, ma la dipendenza non crea mai sincerità. La sincerità viene in essere attraverso la consapevolezza che indaga, e noi abbiamo questa vigile consapevolezza? Se siete consapevoli, vedrete che la vostra mente è costantemente impegnata nelle attività dell'ego e nella sua identificazione; se indagate questa attività più a fondo, scoprirete un interesse personale profondamente radicato. I pensieri di interesse personale derivano dai bisogni della vita quotidiana, dalle cose che fate momento per momento, dal vostro ruolo nella società e così via; e tutto ciò crea la struttura dell'ego. Ciò sembra stranamente inevitabile ma,

prima di accettare questa inevitabilità, non dobbiamo essere consapevoli della nostra intenzione? Vogliamo nutrire l'ego oppure no? Infatti agiamo in accordo con le nostre intenzioni nascoste. Sappiamo come l'io si costruisce e si rafforza attraverso il principio del piacere e del dolore, attraverso il ricordo, attraverso l'identificazione e così via. Questo processo è la causa del conflitto e della sofferenza. Siamo sinceramente intenzionati a mettere fine alla causa della sofferenza? Attraverso la consapevolezza senza scelta delle vostre intenzioni si rivela la verità di tutta la cosa. Spesso siamo bloccati perché inconsciamente abbiamo paura di fare qualcosa che potrebbe portare a ulteriori problemi e sofferenze. Ma nessuna azione chiara e precisa può avvenire se non abbiamo scoperto la nostra intenzione profonda e nascosta riguardo al nutrire e al sostenere l'io. Questa paura, che impedisce la comprensione, non è il risultato di una proiezione, di un'immaginazione? Immaginate che la libertà dall'espansione dell'io sia uno stato di nulla, un vuoto, e questo suscita la paura che impedisce qualunque vera esperienza. A causa dell'immaginazione, della speculazione, impedite la scoperta di ciò che è. Poiché l'io è in continuo flusso, cerchiamo permanenza attraverso l'identificazione. L'identificazione dà l'illusione della permanenza ed è la sua perdita che ci fa paura. Riconosciamo che l'io è in continuo flusso; ciò nonostante ci afferriamo a qualcosa che crediamo permanente nell'io, un io durevole che sovrapponiamo all'io impermanente. Se comprendiamo e sperimentiamo in profondità che l'io è impermanente, non c'è più identificazione con nessuna forma di avidità, con nessun particolare Paese e nessuna nazione, con nessun sistema organizzato di pensiero e nessuna religione, perché con l'identificazione viene l'orrore della guerra, la crudeltà della cosiddetta civiltà.

Molti di noi hanno sperimentato, in un momento o in un altro, lo stato in cui il 'me', l'io, con le sue richieste

aggressive, è completamente finito e la mente è straordinariamente silenziosa, senza nessuna volizione; uno stato in cui, forse, si sperimenta qualcosa che non è misurabile, qualcosa che è impossibile descrivere a parole. Devono esserci stati questi rari momenti in cui l'io, il 'me', con tutti i suoi ricordi e le sue pene, con tutte le sue ansie e le sue paure, è completamente cessato. Allora si è senza motivazioni, senza compulsioni; e in questo stato si sente, c'è la consapevolezza di uno stupefacente senso di grandezza non misurabile, di uno spazio e di un essere illimitati. Deve essere accaduto a molti di noi, e ritengo utile esaminare assieme questa domanda per vedere se sia possibile risolvere questo io che limita e chiude, questo 'me' che restringe e che teme, che ha ansie e paure, che domina e viene dominato, che ha innumerevoli ricordi, che coltiva la virtù e tenta in tutti i modi di diventare qualcosa, di essere importante. Non so se avete notato il continuo sforzo che facciamo consciamente o inconsciamente per esprimere il nostro io, per essere qualcosa socialmente, moralmente o economicamente. E ciò implica una continua lotta, non è vero? Tutta la nostra vita si basa su questa continua lotta per arrivare, per ottenere, per diventare. Più lottiamo e più l'io diventa importante ed esagerato, con tutte le sue limitazioni, paure, ambizioni e frustrazioni; e devono esserci stati momenti in cui ci siamo chiesti se non sia possibile essere totalmente privi dell'io. Abbiamo questi rari momenti in cui il senso dell'io non esiste. Non sto parlando della trasmutazione dell'io a un livello più alto, ma della semplice cessazione del 'me' con le sue ansie, paure e timori; dell'assenza dell'io. Comprendiamo che è possibile e ci diamo da fare deliberatamente, consciamente, per eliminare l'io. In fondo, è questo che le religioni organizzate cercano di fare: aiutare ogni fedele, ogni devoto, a perdersi in qualcosa di più grande per sperimentare, forse, uno stato più elevato. Se non siete persone cosiddette religiose vi identificate con lo Stato, con il vostro Paese, e tentate di

perdere voi stessi in questa identificazione che vi dà un senso di grandezza, di essere qualcosa di più ampio del piccolo io meschino e di tutto quanto lo riguarda. Oppure, se non facciamo così, cerchiamo di perderci nell'attività sociale, sempre con la stessa intenzione. Pensiamo che, se riusciamo a dimenticare noi stessi, negare noi stessi, toglierci di torno dedicando la nostra vita a qualcosa di più grande e più vivo di noi, forse conosceremo una beatitudine, una felicità che non è solo una sensazione fisica. Se non facciamo nulla di tutto ciò, speriamo di smettere di pensare a noi stessi coltivando la virtù, attraverso la disciplina, il controllo, attraverso una pratica costante. Non so se ci avete riflettuto, ma tutto questo implica sicuramente uno sforzo incessante per essere o diventare qualcosa. Forse, ascoltando quello che viene detto, possiamo entrare assieme in questo intero processo e scoprire da noi se sia possibile spazzare via il senso del 'me' senza nessuna terribile disciplina limitante, senza questo immane sforzo per negare noi stessi, questa continua lotta per rinunciare ai nostri desideri, alle nostre ambizioni, allo scopo di essere qualcosa o di arrivare a una certa realtà. Ritengo che qui stia il vero problema. Qualunque sforzo implica una motivazione, non è così? Mi sforzo per dimenticarmi di me stesso in qualcos'altro, in qualche rituale o ideologia, perché pensare solo a me stesso mi rende infelice. Quando penso a qualcos'altro sono più rilassato, la mia mente è più tranquilla, mi sento meglio, guardo le cose in modo diverso. Perciò faccio degli sforzi per dimenticarmi di me. Ma dietro il mio sforzo c'è una motivazione, quella di fuggire dal 'me' che soffre, e questa motivazione fa essenzialmente parte dell'io. Ora, è possibile dimenticarsi di sé senza alcuna motivazione? Perché vediamo benissimo che qualunque motivazione ha in se stessa il seme dell'io, con le sue ansie, ambizioni e frustrazioni, con la sua paura di non essere e questa terribile spinta alla sicurezza. Può tutto ciò cadere con

facilità, senza nessuno sforzo? Il che significa in realtà: possiamo voi e io, individualmente, vivere in questo mondo senza essere identificati con niente? In fondo mi identifico con il mio Paese, la mia religione, la mia famiglia, il mio nome perché senza identificazione non sono niente. Senza una posizione, senza potere, senza prestigio di qualche tipo mi sento perduto; e così mi identifico con il mio nome, con la mia famiglia, con la mia religione, entro a far parte di qualche organizzazione o divento un monaco. Conosciamo tutte le identificazioni a cui la mente si attacca. Possiamo vivere in questo mondo senza nessuna identificazione? Se riflettiamo, se ascoltiamo quello che viene detto e nello stesso tempo siamo consapevoli delle nostre scoperte sulle implicazioni dell'identificazione, credo che, se siamo sinceri, scopriremo che è possibile vivere in questo mondo senza l'incubo dell'identificazione e dell'eterna lotta per raggiungere dei risultati. Allora ritengo che la conoscenza avrà un significato completamente diverso. Attualmente ci identifichiamo con la nostra conoscenza e la usiamo come mezzo di espansione dell'io, esattamente come facciamo con la nazione, la religione o qualunque altra attività. L'identificazione con la conoscenza che abbiamo accumulato è un altro modo di promuovere l'io, non è così? Attraverso la conoscenza il 'me' continua a lottare per essere qualcosa, perpetuando così dolore e sofferenza. Se siamo umili e vediamo le implicazioni di tutto questo; se siamo consapevoli, senza supposizioni di nessun tipo, di come funziona la nostra mente e su che cosa si basa il pensiero, credo che potremo comprendere la straordinaria contraddizione insita nell'intero processo dell'identificazione. In fondo, è a causa del mio sentirmi vuoto, solo e infelice che mi identifico con il mio Paese, e questa identificazione mi dà un senso di benessere, un senso di potere. Oppure mi identifico, per qualche motivo, con un eroe, con un santo. Ma, se vado davvero a fondo nel processo dell'identificazione, vedrò che l'intero movimento

del mio pensiero e di tutte le mie azioni, per quanto nobili, si fonda essenzialmente sulla continuità di me stesso in una forma o in un'altra. Se lo vedo, se lo comprendo, se lo sento con tutto il mio essere, la religione acquista un significato completamente diverso. La religione non è più un processo di identificazione con Dio, ma il venire in essere di uno stato in cui c'è solo quella realtà, e non il 'me'. Ma ciò non può essere una mera affermazione verbale, una semplice frase da ripetere. Per questo, a mio parere, è molto importante la conoscenza di sé, il che significa entrare profondamente in se stessi senza presupposti di alcun tipo, in modo che nella mente non ci siano illusioni, errori, e non si inganni da sola con visioni e falsi stati. Allora diventa forse possibile che il processo limitante dell'io giunga a fine, ma non attraverso qualche forma di costrizione o di disciplina, perché più vi disciplinate e più l'io si rafforza. L'importante è indagare in profondità e con pazienza, senza dare niente per scontato, per iniziare a comprendere i modi, gli scopi, le motivazioni e le direzioni della mente. Allora, ritengo che la mente approdi a uno stato in cui non c'è nessuna identificazione e quindi nessuno sforzo per essere qualcosa; allora c'è la cessazione dell'io, che secondo me è reale. Benché possiamo avere rapide e fugaci esperienze di questo stato, la difficoltà è che la mente si afferra all'esperienza e ne vuole di più; e questo stesso volerne di più è di nuovo l'inizio dell'io. Per questo è molto importante, se siamo davvero sinceri a questo riguardo, essere interiormente consapevoli del processo del nostro pensiero, osservare silenziosamente le nostre motivazioni e le nostre risposte emotive, senza dire: "Mi conosco benissimo", cosa che non è vera. Forse conoscete le vostre motivazioni e le vostre reazioni superficialmente, a livello conscio. Ma l'io, il 'me', è qualcosa di davvero complesso, ed entrare nella totalità dell'io richiede un'indagine continua e perseverante, senza nessuna motivazione, senza nessuno scopo prefissato. Seguiamo gli altri perché vogliamo la sicurezza, economica,

sociale o religiosa. La mente è sempre alla ricerca della sicurezza, vuole essere salva in questo mondo e nell'altro. Per questo creiamo l'autorità del governo, il dittatore, e l'autorità della chiesa, l'idolo, l'immagine. Finché seguiremo creeremo autorità, e questa autorità diventa in definitiva cattiva, perché ci siamo affidati sventatamente al dominio di un altro. Penso sia importante indagare a fondo questo punto e iniziare a comprendere perché la mente vuole seguire. Seguite non solo i leader politici e religiosi, ma anche quello che leggete nei giornali, nelle riviste, nei libri; cercate l'autorità degli specialisti, l'autorità della parola scritta. Tutto ciò indica che la mente non è sicura di se stessa, non è vero? Abbiamo paura di pensare diversamente da quello che dicono i leader perché potremmo perdere il lavoro, venire ostracizzati, scomunicati o chiusi in un campo di concentramento. Ci sottomettiamo all'autorità perché tutti abbiamo questo bisogno interiore di sicurezza, questa spinta a sentirci al sicuro. Finché vogliamo sicurezza, attraverso i possessi, il potere e le idee, dobbiamo dipendere da un'autorità, dobbiamo seguire; e qui si nasconde il seme del male, perché porta inevitabilmente allo sfruttamento dell'uomo sull'uomo. Chi vuole scoprire realmente che cos'è la verità, che cos'è Dio, non può dipendere da nessuna autorità, che sia quella dei libri, del governo, di un'immagine o dei preti; deve essere assolutamente libero da tutto questo. È molto difficile, perché significa accettare l'insicurezza, essere completamente soli, cercare, brancolare, non essere mai soddisfatti, non fermarsi mai ai risultati. Ma, se sperimentiamo con sincerità, penso che scopriremo che non si pone più alcun problema di creare o seguire un'autorità, perché inizia ad agire qualcos'altro che non è solo un'affermazione verbale, ma un fatto reale. Colui che indaga incessantemente, che non ha autorità, che non segue nessuna tradizione, libro o maestro, diventa luce a se stesso. Dire soltanto: "Mi conosco abbastanza bene", è

un'affermazione superficiale. Ma comprendere, sperimentare realmente che tutto il nostro essere non è che un fascio di ricordi, che tutto il nostro pensiero e le nostre reazioni sono meccanici, non è affatto facile. Significa essere consapevoli non solo del funzionamento della mente conscia, ma anche dei residui inconsci, delle impressioni razziali, delle memorie, delle cose che abbiamo appreso; significa comprendere l'intero campo della mente, il visibile e il nascosto, e questo è estremamente difficile. Se la mia mente è soltanto un residuo del passato, se è solo un fascio di ricordi, di impressioni modellate dalla cosiddetta educazione e da altri influssi, c'è qualche parte di me che non sia questo? Perché se sono solo una macchina che ripete, come siamo quasi tutti; che ripete ciò che abbiamo imparato, che abbiamo accumulato, e che ritrasmette quello che ci è stato insegnato; allora qualunque pensiero nasca in questo campo condizionato non può che portare a ulteriore condizionamento, ulteriore sofferenza e limitazione. Può la mente, comprendendo i propri limiti, essendo consapevole del proprio condizionamento, andare al di là di se stessa? Questo è il problema. Affermare semplicemente che può o che non può è stupido. È perfettamente ovvio che la mente è condizionata. Siamo tutti condizionati: dalla tradizione, dalla famiglia, dalle esperienze, dal processo del tempo. Se credete in Dio, questa fede è il prodotto di un particolare condizionamento; esattamente come la mancanza di fede di chi afferma di non credere in Dio. Quindi, credere o non credere hanno poco importanza. L'importante è comprendere l'intero campo del pensiero e vedere se la mente può andare oltre.

Krishnamurti: Siamo entità egoistiche. Siamo esseri umani egocentrici, pensiamo a noi stessi, alle nostre preoccupazioni, alla nostra famiglia: noi siamo il centro. Possiamo spostare il centro al lavoro sociale, al lavoro politico, ma è sempre il centro che opera.

Popul Jayakar: Vedere questo richiede maggiore acutezza, perché ci si può interessare a cose in cui si ha l'impressione che il centro non sia coinvolto.

K.: Potrà sembrare che sia così. Sono io che lavoro per i poveri, ma sto sempre lavorando all'interno di questi limiti.

P.J.: Signore, vorrei un chiarimento. Non state contestando il lavoro in favore dei poveri?

K.: Il problema è quello della mia identificazione col povero, la mia identificazione con la nazione, la mia identificazione con Dio, la mia identificazione con un qualche ideale, e così via.

P.J.: In realtà si tratta di questo: abbiamo fatto di tutto per comprendere la natura di questa attività egocentrica. Abbiamo osservato, abbiamo meditato, ma il centro non si arresta, signore.

K.: No, perché penso che stiamo commettendo un errore. Non vediamo realmente, non sentiamo nel nostro cuore, nella nostra mente, che qualsiasi azione all'interno di questa periferia, dal centro alla periferia e alla circonferenza, e poi dalla circonferenza al centro, questo movimento in avanti e indietro è uno spreco di energia che deve necessariamente essere limitato e deve causare dolore. Tutto entro quell'area è dolore. Questo non lo vediamo.

P.J.: Signore, se fa parte delle nostre cellule cerebrali, e se è l'attività delle nostre cellule cerebrali di emettere continuamente queste piccole onde che vengono intrappolate, e in questo consiste in un senso l'esistenza egocentrica, allora...

K.: No, Pupul, il cervello ha bisogno di due cose: la sicurezza e il senso della durata.

P.J.: Ambedue sono fornite dall'ego.

K.: Ecco perché è diventato molto importante.

Sono conscio dell'attività del 'me' solo quando faccio opposizione, quando la coscienza viene ostacolata, quando il 'me' vuole ottenere un risultato. Il 'me' è attivo, o io sono

conscio di questo centro, quando il piacere finisce e voglio averne ancora; allora c'è resistenza e il modellare intenzionalmente la mente in direzione di un particolare obiettivo che mi darà piacere, soddisfazione. Sono consapevole di me stesso e delle mie attività quando perseguo volontariamente la virtù. Conosciamo bene tutto ciò. Una persona che persegue intenzionalmente la virtù non è virtuosa. L'umiltà non si può perseguire e questa è la bellezza dell'umiltà. Quindi, finché esiste questo centro di attività in qualunque direzione, conscia o inconscia, c'è il movimento del tempo: sono cosciente del passato e del presente in associazione al futuro. Il centro di questa attività, l'attività egoriferita del 'me', è un processo del tempo. È questo che intendiamo con 'tempo', intendiamo il processo psicologico del tempo, la memoria che dà continuità all'attività del centro che è il 'me'. Vi prego, osservatevi funzionare; non ascoltate soltanto le mie parole e non fatevi ipnotizzare dalle mie parole. Se vi osservate e siete consapevoli di questo centro dell'attività, vedrete che si tratta soltanto del processo del tempo, della memoria, dello sperimentare e tradurre qualunque esperienza in dipendenza della memoria; e vedrete anche che l'attività dell'io è il riconoscimento, che è il processo stesso della mente. È possibile per la mente essere libera dall'attività incentrata sull'io? È una domanda molto importante, perché nello stesso porre la domanda troverete la risposta. Ovvero, se siete consapevoli del processo totale dell'attività incentrata sull'io, se ne vedete perfettamente le attività ai vari livelli di coscienza, dovrete certamente chiedervi se sia possibile che questa attività abbia fine; cioè non pensare più in termini di tempo, non pensare più in termini di che cosa sarò, di ciò che sono stato e di ciò che sono. È da questo pensiero che inizia l'intero processo dell'attività incentrata sull'io; e qui ha anche inizio la determinazione a diventare, la decisione di scegliere e di evitare, che sono tutte un processo del tempo. In questo processo vediamo

prodursi infiniti mali, sofferenza, confusione, distorsione e deterioramento. Siatene consapevoli mentre ne parlo, nei vostri rapporti, nella vostra mente. Il processo del tempo non è certamente rivoluzionario. Nel processo del tempo non c'è trasformazione, c'è solo continuità e nessuna fine. Nel processo del tempo non c'è nient'altro che riconoscimento. Solo con la completa cessazione del processo del tempo, dell'attività dell'io, c'è il nuovo, c'è rivoluzione, c'è trasformazione. Se c'è consapevolezza dell'intero processo del 'me' in attività, che cosa farà la mente? Solo con il rinnovamento, solo con la rivoluzione c'è il nuovo; non attraverso l'evoluzione, non attraverso il 'me' che diventa, ma attraverso la totale fine del 'me'. Il processo del tempo non può produrre ciò che è nuovo, il tempo non è un modo per creare. Non so se qualcuno di voi ha avuto un momento di creatività. Non di azione, non sto parlando di mettere qualcosa in atto, ma di un momento di creatività in cui non c'è riconoscimento. In questo momento c'è uno stato straordinario il cui il 'me', in quanto azione attraverso il riconoscimento, è finito. Credo che qualcuno l'abbia sperimentato; forse, quasi tutti noi. Se siamo consapevoli, vediamo che in questo stato non c'è uno sperimentatore che ricorda, traduce, riconosce e quindi identifica; non c'è processo del pensiero che appartiene al tempo. In questo stato di creatività, di creazione; in questo stato di nuovo, che è senza tempo, non c'è assolutamente attività del 'me'. Quindi, la domanda è: è possibile per la mente sperimentare, avere questo stato non temporaneamente, non in rari momenti; ma (non userò i termini 'durevolmente' o 'per sempre', perché implicherebbero il tempo) avere questo stato, essere in questo stato indipendentemente dal tempo? È certamente una scoperta importante che ognuno di noi deve fare, perché è la porta sull'amore; tutte le altre porte sono attività dell'io. Dove c'è attività dell'io non c'è amore. L'amore non appartiene al tempo. Non potete praticare

l'amore. Se lo fate, è un'attività egoica del 'me' che spera di raggiungere un risultato. L'amore non appartiene al tempo; non potete suscitarlo attraverso lo sforzo conscio, attraverso una qualunque disciplina o attraverso l'identificazione, tutte cose che costituiscono il processo del tempo. La mente che conosce soltanto il processo del tempo non può conoscere l'amore. L'amore è l'unica cosa nuova, eternamente nuova. Poiché abbiamo tutti coltivato la mente, che è un processo del tempo, un prodotto del tempo, non sappiamo che cos'è l'amore. Parliamo dell'amore, diciamo di amare altre persone, di amare i nostri figli, nostra moglie, i nostri amici; diciamo di amare la natura; ma, nel momento in cui sono cosciente di amare si è già prodotta un'attività dell'io; perciò non è più amore. Il processo globale della mente si può comprendere solo attraverso il rapporto: rapporto con la natura, con gli altri, con le nostre proiezioni, con ogni cosa. La vita è infatti rapporto. Per quanto tentiamo di isolarci dal rapporto, non possiamo esistere senza rapporto; per quanto il rapporto sia doloroso e cerchiamo di fuggirlo isolandoci e diventando eremiti e così via, non è possibile. Tutti questi tentativi sono un'indicazione dell'attività dell'io. Vedendo questo quadro completo, consapevoli di tutto questo processo del tempo in quanto coscienza, senza scegliere, senza nessuna intenzione preconcetta e finalizzata, senza desiderio di un qualche risultato, vedrete che questo processo del tempo giunge a fine in modo spontaneo, senza essere indotto, senza essere il risultato del desiderio. Solo quando questo processo giunge a fine c'è amore, che è eternamente nuovo. Non dobbiamo cercare la verità. La verità non è chissà dove. La verità è quella della mente, la verità delle sue attività attimo per attimo. Se siamo consapevoli di questa verità attimo per attimo, del processo del tempo, questa consapevolezza genera coscienza o energia per essere. Finché la mente usa la coscienza come attività dell'io, viene in essere il tempo con tutte le sue sofferenze, con tutti i suoi

conflitti, con tutti i suoi mali, i suoi inganni finalizzati; e solo quando la mente, comprendendo la totalità di questo processo, finisce, ci sarà amore. Potete chiamarlo amore o dargli qualunque altro nome; il nome non ha importanza.

L'io si perpetua attraverso l'identificazione, non è così? Mio figlio, mia moglie, la mia casa, i miei mobili. I miei problemi, le mie ansie, me e tutto il resto. L'identificazione con qualcosa perpetua il 'me'. Mi identifico con i miei mobili perché i miei mobili sono antichi, del quattordicesimo secolo; li amo, li tengo bene, li lucido, li curo; assegno a essi valore perché un giorno li venderò e ne ricaverò un mucchio di soldi. E così i mobili sono diventati ancora più importanti del 'me'. Guardate quali trucchi giochiamo a noi stessi e a vicenda! Attraverso l'identificazione è la cosa che diventa importante, non il 'me' che si identifica con la cosa. Mi identifico con il mio Paese, la mia nazionalità, il mio dio. Il Paese, la nazionalità, il dio diventano la cosa più importante. Non ci chiediamo mai perché avvenga questa identificazione. Perché voglio identificarmi? Io mi pongo questa domanda, ponetevela anche voi. Voglio conoscere me stesso. Non so che cosa sono, non lo so davvero. Devo scoprirlo. Devo imparare su me stesso, ma non secondo qualcun altro. Non secondo gli esperti; possono avere ragione o possono avere torto. Non mi interessa. Mi interessa imparare su me stesso. Imparare significa che devo osservare, devo accostarmi senza nessuna conclusione, nessun pregiudizio, nessuna speranza. Devo imparare, scoprire ciò che è. Lo volete anche voi? Tante cose sono state dette a questo riguardo, ma lascio perdere quello che hanno detto gli altri. Non volete fare anche voi così? Lasciar perdere completamente quello che hanno detto gli altri. Voglio scoprire e perciò guardo, osservo. Posso osservarmi solo nei rapporti; come reagisco, la rabbia, la gelosia, l'odio, l'invidia, violenza, dominio, repressione. Osservo l'intero movimento. Quando guardate qualcosa, un albero o una nuvola, una montagna o l'acqua,

lo guardate attraverso lo spazio, spazio tra voi e la cosa. Non solo spazio fisico, ma lo spazio creato dal pensiero. Quell'albero è nel mio giardino. C'è una divisione. Possiamo guardare l'albero senza divisione? Ciò non significa identificarsi con l'albero, non diventate l'albero. Lo osservate e in questa osservazione, se non c'è spazio tra l'osservatore e la cosa osservata, non c'è identificazione, bensì un tipo di rapporto completamente diverso. A volte lo fate già: guardate un oggetto, non importa quale, senza che si intrometta uno spazio; c'è contatto diretto. È abbastanza facile farlo con un albero. Ma farlo con vostro marito, il vostro compagno, vostra moglie, è molto più difficile. Potete guardare vostra moglie, vostro marito, i vostri vicini, i vostri politici, potete guardarli con occhi che non hanno questo spazio che si interpone e che è creato dall'immagine? Potete guardare voi stessi senza condannarvi o giustificarvi? Giustificazione e condanna sono il censore. Il censore è l'entità condizionata. L'entità condizionata è il 'me'; il 'me' che dice: devo avere più successo, il 'me' che dice: devo avere più piacere. Potete guardare voi stessi senza nessun pensiero distraente? Mi seguite? L'avete fatto? Potete dimenticare voi stessi, anche se vi siete identificati con qualcosa? Questa stessa identificazione è la continuazione dell'io. Mi identifico con l'India. L'idea di India è diventata me. Se dite qualcosa contro l'India mi sento ferito; se invece la lodate, sono contento. Mi identifico con un ideale e lotterò fino alla morte contro ogni tentativo di distruggere questa identificazione, perché nel momento in cui non mi identifico con niente sono costretto a guardare me stesso. Non voglio guardare me stesso, perché ho paura di guardare.

Dobbiamo fare grande chiarezza sulla natura del desiderio. Il desiderio fa parte della sensazione, il pensiero si identifica con quella sensazione e attraverso l'identificazione si crea l'io, l'ego; l'ego che dice 'devo' oppure 'no'. Stiamo quindi cercando di scoprire se c'è

un'azione che non sia basata sul principio degli ideali, del desiderio, della volontà. Non dico un'azione 'spontanea'; è una parola pericolosa perché nessuno è spontaneo; noi pensiamo di essere spontanei, ma non lo siamo, perché per essere spontanei dobbiamo essere completamente liberi. Mi seguite? Quindi, esiste un'azione di questo genere? La maggior parte delle nostre azioni ha una motivazione. Motivazione significa movimento: voglio costruire una casa, voglio quella donna, quell'uomo; sono stato ferito psicologicamente o fisicamente e la mia motivazione è restituire la ferita; nella vita quotidiana è sempre in atto un qualche tipo di motivazione. L'azione è condizionata dalla motivazione. La motivazione è parte del processo di identificazione. Se lo comprendo, se c'è la percezione della verità che l'identificazione crea la natura, l'intera struttura dell'io, c'è allora un'azione che non è prodotta dal pensiero? Non lo so. Dico bene?

David Bohm: Prima di esaminare questo punto, possiamo chiederci perché c'è identificazione e perché è così forte?

K.: Perché il pensiero si identifica?

D.B.: ... con la sensazione e con altre cose?

K.: Perché c'è identificazione con qualcosa? Nell'identificazione c'è dualità: ciò che si identifica e la cosa con cui si identifica. Quando non c'è identificazione, i sensi sono solo i sensi. Ma perché il pensiero si identifica con i sensi?

D.B.: Sì, non è ancora chiaro.

K.: Stiamo cercando di chiarirlo.

D.B.: Stiamo dicendo che c'è identificazione quando ricordiamo una sensazione?

K.: Sì.

D.B.: È possibile chiarirlo meglio?

K.: Chiariamolo un pò di più. Esaminiamo. C'è la percezione di un bellissimo lago, il vedere uno splendido lago. Che cosa accade in questo vedere? Non c'è solo il

vedere dell'occhio, ma anche il senso di essere svegli, il profumo dell'acqua, degli alberi attorno al lago.

D.B.: Un momento, per favore. Quando vediamo, è ovvio che vediamo attraverso il senso della vista.

K.: Sì, il puro senso della vista.

D.B.: Il senso della vista sveglio esclusivamente alla visione. È questo che intende?

K.: Sì. Semplicemente vedere.

D.B.: Visivamente.

K.: Visivamente, con l'occhio, vedere semplicemente. Allora, che cosa avviene?

D.B.: Che anche gli altri sensi entrano in funzione.

K.: Che gli altri sensi entrano in funzione. Perché la cosa non si ferma qui?

D.B.: Qual è il passo successivo?

K.: Il passo successivo è l'intervento del pensiero 'che meraviglia', 'vorrei poter rimanere qui'.

D.B.: Il pensiero si identifica.

K.: Sì.

D.B.: Dice 'questo'.

K.: Perché in questo c'è piacere.

D.B.: In che cosa?

K.: C'è il vedere e c'è il piacere di vedere. Ma poi il pensiero si mette in moto e dice: "Devo averne ancora, devo costruire una casa qui, è mio".

D.B.: Perché il pensiero opera in questo modo?

K.: Perché il pensiero interferisce con i sensi? È questa la domanda? Quando i sensi provano una sensazione piacevole, dicono: "Delizioso" e si fermano qui, il pensiero non è ancora intervenuto. Perché il pensiero interviene? Se è qualcosa di doloroso il pensiero vuole evitarlo, non si identifica.

D.B.: Si identifica al contrario, dicendo: "Non lo voglio".

K.: Lo lascia perdere, si allontana, lo nega o fugge. Ma se è qualcosa di piacevole, i sensi lo gradiscono e dicono: "Che bello", e il pensiero inizia a identificarsi con quella cosa.

D.B.: Sì, ma la domanda è: perché?

K.: A causa del piacere.

D.B.: E perché non smette di farlo vedendone la futilità?

K.: Questo può avvenire molto più tardi.

D.B.: C'è ancora una lunga strada.

K.: Ma quando diventa doloroso, quando c'è consapevolezza che l'identificazione crea piacere e paura, allora inizia l'indagine.

D.B.: Potremmo dire che in quel primo momento il pensiero ha commesso un semplice errore, un errore innocente?

K.: Esatto. Il pensiero ha commesso l'errore di identificarsi con qualcosa che gli dà piacere o perché in qualcosa c'è del piacere.

D.B.: E il pensiero cerca di assumere il comando.

K.: Di assumere il comando.

D.B.: Forse per renderlo permanente.

K.: Permanente, esatto, il che significa ricordo. Il ricordo di un lago con i narcisi, gli alberi, l'acqua, il sole e tutto quanto.

D.B.: Il pensiero ha commesso un errore e in seguito scopre l'errore, ma è troppo tardi perché non sa come smettere.

K.: È diventato condizionato.

D.B.: Quindi abbiamo chiarito perché non riesce a smettere.

K.: Perché non riesce a smettere? Questo è il problema.

D.B.: Possiamo chiarirlo ulteriormente?

K.: Perché il pensiero non riesce a smettere di fare qualcosa che sa, che riconosce come doloroso?

D.B.: Sì, esatto.

K.: È davvero distruttivo. Facciamo un semplice esempio: veniamo feriti psicologicamente.

D.B.: Ma questo accade in seguito.

K.: Sto solo facendo un esempio, non importa se accade in seguito. Ci sentiamo feriti; perché non riusciamo a lasciar

andare immediatamente questa ferita, sapendo che creerà danni ancora più grandi? Se mi sento ferito erigo una barriera attorno a me stesso per non venire più ferito; c'è paura, isolamento, comportamenti nevrotici e tutto quello che ne consegue. Il pensiero ha creato un'immagine di me stesso e questa immagine viene ferita. Perché il pensiero non dice: "Sì, per Giove, lo vedo", e non smette immediatamente? È sempre la stessa domanda. Perché, se lascia andare l'immagine, non gli rimane più niente.

D.B.: A questo punto abbiamo un altro elemento, perché il pensiero vuole trattenere il ricordo di quell'immagine.

K.: Trattenere i ricordi che hanno creato l'immagine.

D.B.: Che può ricreare e che considera preziosi.

K.: Sì, preziosi, nostalgici e tutto il resto.

D.B.: Assegna un grande valore a tutto ciò. Perché lo fa?

K.: Perché ha assegnato tanto valore a un'immagine? Perché l'immagine creata dal pensiero è diventata così importante?

D.B.: Potremmo dire che all'inizio si è trattato di un semplice errore; che il pensiero ha creato un'immagine piacevole che è diventala molto importante, preziosa, e il pensiero non riesce più ad abbandonarla.

K.: Sì, ma perché? Se abbandono il piacere, se il pensiero abbandona il piacere, che cosa rimane?

D.B.: Non sembra proprio che ritorni allo stato iniziale, in cui non c'era niente.

K.: Ah, quello è lo stato originario.

D.B.: È incapace di ritornare a quello stato. Secondo me accade che, quando il pensiero pensa di abbandonare un piacere che è diventato prezioso, questo stesso pensiero è doloroso.

K.: Sì, abbandonare è doloroso.

D.B.: Perciò il pensiero lo evita.

K.: Sì, e si afferra al piacere.

D.B.: Non vuole affrontare il dolore.

K.: Finché troverà un piacere maggiore, una ricompensa ancora più piacevole.

D.B.: Quindi, la cosa non cambia.

K.: Naturalmente.

D.B.: È come se il pensiero fosse caduto in una trappola che ha creato da sé attraverso un ricordo innocente del piacere, e che a poco a poco è diventato sempre più importante. A questo punto è diventato troppo doloroso lasciarlo andare, perché qualunque cambiamento, al di là dell'abbandono immediato del piacere, è doloroso.

K.: E poiché non avrebbe più niente, ne ha paura. Perciò si afferra a qualcosa che conosce.

D.B.: Che conosce e che ritiene molto prezioso.

K.: E non sa che in questo modo alimenta la paura.

D.B.: Anche se lo sa, continua ad attaccarsi.

K.: Preferisce fuggire dalla paura, sperando che il piacere continui.

D.B.: Alla fine la cosa diventa irrazionale, perché crea pressioni che rendono il cervello irrazionale e incapace di comprendere con chiarezza.

K.: Sì. Siamo partiti da una domanda: c'è un'azione priva di motivazione, di causa, in cui l'io non interviene affatto? Ovviamente c'è. Avviene quando non c'è l'io, il che significa che non è in atto il processo di identificazione. C'è il percepire un magnifico lago, con tutti i suoi colori, il suo splendore, la sua bellezza, e questo è tutto. Non c'è coltivazione del ricordo, che avviene attraverso il processo di identificazione.

D.B.: Il che ci riporta alla domanda: come fare per fermare questa identificazione?

K.: Non credo che ci sia un 'come'. Vede, significherebbe meditazione, controllo, pratica, pratica e pratica. Tutto ciò rende la mente meccanica, ottusa, mi perdoni, e letteralmente incapace di ricevere qualcosa di nuovo.

D.B.: Penso che generalmente siamo identificati con il linguaggio, perciò è il linguaggio che ci muove. Ma se siamo

liberi dall'identificazione...

K.: Esatto. È straordinario come veniamo creati dal linguaggio: "Sono comunista".

D.B.: Che è un'identificazione.

K.: Sì.

D.B.: Lei pensa che il linguaggio sia la principale causa di identificazione?

K.: Una delle cause.

D.B.: Una delle principali.

K.: Sì.

Interlocutore: Che cosa intendete con 'identificare'?

K.: Io ti amo, mi sono identificato con te. Oppure: io l'ho offesa e voi vi identificate con lei e vi adirate con me. Capite cos'è accaduto: io le ho detto qualcosa di molesto e spiacevole; voi le siete amici, vi identificate con lei e vi adirate con me. Dunque ciò fa parte dell'attività egocentrica, non è vero? Siete sicuri? Tu mi piaci, io ho un debole per te; che cosa significa? Mi piace il tuo aspetto, sei una buona compagnia, eccetera. E questo significa che cosa?

I.: Significa che sei una compagnia migliore di altre e così mi piace stare con te.

K.: Andiamo un pò più a fondo. Che cosa significa?

I.: Significa che tenete per voi quella persona ed escludete gli altri.

K.: Questo è un aspetto, ma andiamo più oltre.

I.: È piacevole stare con quella persona.

K.: È piacevole stare con quella persona e non lo è con un'altra. Così, il mio rapporto con te è basato sul mio piacere. Se non mi piaci, dico: "Pussa via!". Il mio piacere è il mio interesse, così come il mio danno è la mia collera. Così, interessarsi a se stessi non è soltanto pensare a sé e identificarsi con questo o quel bene, con questa o quella persona, con questo o quel libro. È questo ciò che fate tutto il giorno? C'è l'occupazione periferica e inoltre io mi paragono a voi; questo accade sempre, ma da un centro.

I.: Leggete dei profughi in India e, pur non essendoci un rapporto personale, vi identificate con loro.

K.: Perché mi identifico con quella gente che è stata uccisa o cacciata dal Pakistan orientale? Li ho visti giorni fa alla televisione; ciò accade dovunque, non solo nel Pakistan, è spaventoso. Ora voi dite che vi identificate con quei profughi: che cosa sentite?

I.: Solidarietà.

K.: Avanti, indagate, districate la matassa.

I.: Collera contro il popolo che è stato causa di tutto ciò.

Secondo interlocutore: Frustrazione, perché non puoi farci nulla.

K.: Voi vi adirate con il popolo che commette quelle azioni, che uccide i giovani e caccia le vecchie e i bambini. È questo ciò che fate? Vi identificate con questo e respingete quello? Qual è la struttura, l'analisi di questa identificazione?

I.: È dualistica.

K.: Avanti...

I.: Non ti senti sicuro.

K.: L'identificazione vi fa sentire che potreste fare qualcosa?

I.: Anche stando da una parte senti di avere una certa possibilità di fare qualcosa.

K.: Io sono anticattolico, mi identifico con un gruppo anticlericale. Identificandomi con quelli, sento di poter fare qualcosa. Ma, se vi spingete oltre, vi accorgete che è pur sempre il me che fa qualcosa, è pur sempre di me stesso che mi occupo. Mi sono identificato con ciò che considero più grande: l'India, il comunismo, il cattolicesimo e così via. La mia famiglia, il mio dio, la mia credenza, la mia casa; voi avete ferito me. Seguite? Qual è il motivo di questa identificazione?

I.: Mi separo dal resto del mondo e, nell'identificarmi con qualcosa di più grosso, questo diventa il mio alleato.

K.: Sì, ma perché lo fate? Mi identifico con uno perché mi piace. Non mi identifico con un altro perché non mi piace. E mi identifico con la mia famiglia, con il mio Paese, con il mio dio, con la mia credenza. Ora, perché mi identifico con qualcosa (non dico che è giusto o sbagliato)? Che cosa sta dietro questa identificazione?

I.: La confusione interiore.

K.: Sì?

I.: La paura.

K.: Avanti.

I.: La confusione è causata dall'identificazione.

K.: Sì? Io vi faccio delle domande e anche voi dovete farmi domande. Non accettate ciò che sto dicendo, indagate. Tutto questo processo di identificazione perché accade? E, se non mi identifico con voi o con qualcosa, mi sento frustrato. Siete certi?

Primo interlocutore: Non so.

Secondo interlocutore: Ti senti insoddisfatto, vuoto.

K.: Avanti. Mi sento triste, frustrato, insoddisfatto, insufficiente, vuoto. Ora voglio sapere perché mi identifico con un gruppo, con una comunità, con dei sentimenti, delle idee, degli ideali, degli eroi, e tutto il resto; perché?

I.: Per avere sicurezza, penso.

K.: Sì. Ma che cosa si intende con la parola 'sicurezza'?

I.: Da solo sono debole.

K.: Allora, è perché non si può stare da soli?

I.: È perché si ha paura di stare soli.

K.: Stare soli vi spaventa, perciò vi identificate?

I.: Non sempre.

K.: Ma è l'anima, la radice della questione. Perché voglio identificarmi? Perché allora mi sento al sicuro. Ho gradevoli ricordi di persone e di luoghi; così, mi identifico con essi. Vedo che nell'identificazione sono molto più sicuro.

I.: Non so se volete parlare di questo particolare aspetto, ma, se capisco che le stragi nel Vietnam sono sbagliate e c'è

un gruppo che a Washington fa una manifestazione contro la guerra, allora corro a unirmi a quel gruppo.

K.: Un momento. C'è un gruppo contrario alla guerra e io mi unisco a loro. Mi identifico con loro perché, nell'identificarmi con un gruppo di persone che fanno qualcosa in quel senso, anch'io faccio qualcosa nello stesso senso; da solo non posso fare nulla. Ma, appartenendo a un gruppo di gente che contesta, che scrive articoli e dice: "È terribile", io partecipo attivamente alla cessazione della guerra. Questa è l'identificazione. Noi non cerchiamo i risultati di quella identificazione, buona o cattiva che sia. Ma perché la mente umana vuole identificarsi con qualcosa? L'identificazione avviene perché sentite: "Qui sono sicuro". Così, la ragione per cui vi identificate è perché siete insicuri? È questa? Insicurezza significa paura, incertezza, non sapere che cosa pensare, essere confusi. Così, avete bisogno di protezione; è bello avere protezione. È questa la ragione per cui vi identificate? Qual è il passo successivo? In me c'è incertezza, oscurità, confusione, paura e insufficienza, perciò mi identifico con una credenza. Ora, che cosa accade?

I.: Trovo che sono ancora insicuro.

K.: No. Mi sono identificato con certe ideologie. Che cosa accade, allora?

I.: Cerchi di farne la tua sicurezza.

K.: Ho addotto svariati motivi per questa identificazione: perché è razionale, è fattibile, e così via. Ora, che cosa accade quando mi sono identificato?

I.: Nasce un conflitto.

K.: Considerate ciò che accade. Mi sono identificato con una ideologia, con un gruppo di persone, o una persona; fanno parte di me. Devo proteggerli, no? Perciò, se sono minacciati, sono perduto, ricado nella mia insicurezza. Così, che cosa accade? Mi adiro con chiunque li attacchi o li metta in dubbio. Allora, che cosa avviene veramente?

I.: Un conflitto.

K.: Ascoltate, mi sono identificato con una ideologia. Devo proteggerla perché è la mia sicurezza e mi oppongo a chiunque la minacci nel senso di avere una ideologia opposta. Così, dove mi identifico con una ideologia, ci deve essere resistenza, costruisco un muro intorno a ciò con cui mi sono identificato. Allora c'è conflitto. Non so se vi rendete conto di tutto questo. Ora, qual è il passo successivo? Su, avanti!

Primo interlocutore: Qual è la differenza fra identificazione e collaborazione?

Secondo interlocutore: Pare che bisogna comprendere meglio la collaborazione.

K.: Sapete che cosa significa collaborare, lavorare insieme? Ci può essere collaborazione quando c'è identificazione? Sapete che cosa intendiamo con identificazione? Ne abbiamo esaminato l'anatomia. Collaborazione significa lavorare insieme. Posso lavorare con voi, se io mi sono identificato con una ideologia e voi vi siete identificati con un'altra? Ovviamente no.

I.: Ma si è obbligati a lavorare insieme.

K.: È questa la collaborazione?

I.: No.

K.: Rendetevi conto di ciò che vi è implicato. Identificandoci con una ideologia noi lavoriamo insieme, voi la proteggete e io la proteggo. È la nostra sicurezza, nel nome di Dio, nel nome della bellezza, nel nome di qualunque cosa. Pensiamo che questa sia collaborazione. Ora, che cosa avviene? Ci può essere collaborazione quando c'è l'identificazione con un gruppo?

I.: No, perché c'è divisione. Io mi trovo in conflitto con membri del gruppo, perché continuo a identificarmi con loro.

K.: Considerate ciò che accade. Voi e io ci siamo identificati con quella ideologia. La nostra interpretazione di quella ideologia può essere...

I.: ... differente.

K.: Naturalmente. Se vi differenziate nell'interpretazione di quella ideologia, deviate, perciò siamo in conflitto. Perciò entrambi dobbiamo essere completamente d'accordo su quella ideologia. È possibile?

I.: È esattamente ciò che accade con una scuola. Invece di una ideologia, vi identificate con una scuola e ciascuno ha il proprio concetto.

K.: Sì, benissimo; perché?

I.: Ho la sensazione che talvolta qui da noi ci sia conflitto per la stessa ragione che adducevate parlando di una ideologia. Se voi e io ci identifichiamo con la scuola, crediamo di collaborare, ma non c'è realmente quello spirito.

K.: Perciò vi domando se ci può essere collaborazione quando c'è identificazione.

I.: No.

K.: Ti rendi conto di ciò che stai dicendo? [Risate] Questo è il modo in cui funzionano tutte le cose di questo mondo. È questa la verità: che dove c'è identificazione non ci può essere collaborazione? È meraviglioso scoprire la verità su ciò. Non la vostra opinione, o la mia, ma la verità, la validità di ciò. Perciò dobbiamo scoprire che cosa intendiamo con 'collaborazione'. Voi vedete che non ci può essere collaborazione quando c'è identificazione con un'idea, con un capo, con un gruppo, e così via. Allora, che cos'è la collaborazione in cui non c'è identificazione?

I.: Agire in risposta alla situazione stessa.

K.: Non dico che non sia giusto, ma possiamo lavorare insieme quando voi e io la pensiamo in modo diverso? Quando voi siete interessati a voi stessi e io sono interessato a me? E una delle ragioni è che, sapendo che non possiamo collaborare quando pensiamo a noi stessi, cerchiamo di identificarci con una ideologia, sperando così di dar vita alla collaborazione. Ma, se non vi identificate, che cos'è la collaborazione? Qui siamo a Brockwood, in una scuola. Vediamo che non ci può essere collaborazione quando c'è

identificazione con la scuola, con un'idea, con un programma, con una particolare linea di condotta. E inoltre vediamo che l'identificazione è la causa della divisione. Allora, che cos'è la collaborazione? Lavorare insieme: non 'su qualcosa'. Capite la differenza? Così, prima che facciate qualcosa insieme, che cos'è lo spirito di collaborazione? Il suo sentimento; la sua interiorità; che cos'è quel sentimento?

I.: Capire, essere completamente aperti a quello spirito.

K.: Esaminiamo un pò più a fondo. Dicevamo che l'identificazione non è collaborazione. Siete sicuri su questo punto? E siete certi che la collaborazione non può esistere quando ciascuno di noi è interessato a se stesso? Ma voi siete interessati a voi stessi, perciò non avete spirito di collaborazione, collaborate solo quando vi aggrada. Così, che cosa significa collaborare? Non stiamo facendo giochi da salotto. Che cosa significa collaborare quando non c'è alcun 'me'? Altrimenti non potete collaborare. Può darsi che io cerchi di collaborare per un'idea, ma c'è sempre il 'me'.

I.: Lei dice che attraverso l'identificazione creiamo separazione, divisione. Ad alcuni, il suo modo di vivere sembra portare separazione e isolamento, e ha creato una divisione tra persone che in precedenza erano unite. Con che cosa si identifica?

K.: Consideriamo prima la verità dell'affermazione che l'identificazione divide, separa. L'ho affermato tante volte. È un fatto oppure no? Che cosa intendiamo con 'identificazione'? Non limitiamoci a considerarla verbalmente, guardiamola direttamente. Voi vi identificate con il vostro Paese, non è vero? Così facendo, che cosa accade? Attraverso questa identificazione vi rinchiudete in un particolare gruppo. Questo è un fatto, no? Quando vi definite induisti, vi siete identificati con particolari credenze, tradizioni, speranze e idee; e questa stessa identificazione vi isola. Non è un fatto? Se ne vedete la verità, smettete di identificarvi; non siete più induisti,

buddhisti o cristiani, in termini politici o religiosi. Quindi, l'identificazione è separativa, è un fattore di deterioramento della vita. Questo è un fatto, questa è la sua verità, che vi piaccia o no. Poi l'interlocutore chiede se, con le mie azioni, ho creato divisione tra persone che in precedenza erano unite. Sì. Se vedete una verità, non la enunciate? Anche se suscita problemi, se causa disunione, non dovete enunciarla? Come può esservi unità fondata sulla falsità? Vi identificate con un'idea, con una credenza, e se qualcuno mette in dubbio questa credenza, questa idea, lo buttate fuori. Non lo accogliete, lo escludete. Lo isolate. Ma non è stato chi ha detto che state sbagliando che vi ha isolato. La vostra azione è stata isolante, non la sua, non l'azione di chi indica la verità. Voi non volete affrontare il fatto che l'identificazione è separativa. L'identificazione con una famiglia, con un'idea, una credenza, una particolare organizzazione è separativa. Quando viene direttamente soppressa, o quando venite costretti a guardarla e venite sfidati, volete identificarvi, volete rimanere separati; e chi vuole buttare fuori la persona in questione dice che è una persona che isola. La vostra esistenza, il vostro modo di vivere è separativo; e sapete di essere voi i responsabili di questa separazione, non io. Voi mi avete espulso, non sono stato io ad andarmene. E ovviamente sentite che io isolo, che io creo divisione, che le mie idee e le mie parole distruggono, sono distruttive. Devono essere distruttive, devono essere rivoluzionarie. Altrimenti, qual è il valore del nuovo? Deve certamente avvenire una rivoluzione, ma non in accordo a una particolare ideologia o modello. Se è in accordo a un'ideologia o un modello, non è rivoluzione; è semplicemente la continuazione del passato, è identificazione con una nuova idea che dà continuità a una certa forma; ma questo non è certamente rivoluzione. La rivoluzione viene in essere quando c'è interiormente la fine di tutte le identificazioni; e potete farlo solo se siete capaci di guardare direttamente il fatto senza ingannarvi da soli e

senza dare all'interprete la possibilità di dirvi che cosa ne pensa. Vedendo la verità dell'identificazione, è ovvio che non mi identifico più con niente. Se vedo la verità di qualcosa di dannoso, non c'è nessun problema: lo lascio perdere. Smetto di identificarmi con quella cosa o con un'altra. Si comprende che l'intero processo dell'identificazione è distruttivo, separativo, che avvenga nell'ambito delle credenze religiose o delle idee della dialettica politica, è sempre separativo. Se lo comprendete, se lo vedete e ne siete pienamente consapevoli, ne siete ovviamente liberi; quindi non c'è più identificazione con niente. Non essere identificati significa essere soli, ma non come una 'entità nobile' contrapposta al mondo. Tutto ciò non ha niente a che fare con l'essere uniti. Ma voi avete paura della disunione. L'interlocutore ha detto che ho creato disunione. L'ho fatto? Ne dubito. Avete già visto la verità. Se venite persuasi da me, e quindi vi identificate con me, non avete fatto una cosa nuova; avete soltanto sostituito un male con un altro male. Dobbiamo rompere per scoprire. La vera rivoluzione è la rivoluzione interiore; è una rivoluzione che vede le cose con chiarezza, e questo è amore. In questo stato, non c'è identificazione con niente.

La consapevolezza è un processo di scoperta che viene bloccato dall'identificazione. Se siete pienamente consapevoli dell'avidità in tutta la sua complessità, non lottate contro l'avidità, non fate affermazioni negative di non avidità, che sono solo un'altra forma di affermazione dell'io. In questa consapevolezza scoprite che l'avidità è finita. La difficoltà è che abbiamo costruito attorno a noi stessi delle conclusioni che chiamiamo 'comprensione'. Queste conclusioni sono ostacoli alla comprensione. Se esaminate più a fondo, vedrete che deve esserci il completo abbandono di tutto ciò che si è accumulato, perché vi sia comprensione e saggezza. La semplicità non è una conclusione, un concetto intellettuale da raggiungere con lo sforzo. Può esserci semplicità solo quando l'io, con tutte le

sue accumulazioni, finisce. È relativamente facile rinunciare alla famiglia, ai possessi, alla fama, alle cose mondane; questo è solo l'inizio. Ma è estremamente difficile mettere da parte le conoscenze, tutti i ricordi condizionati. In questa libertà, in questa solitudine, c'è un'esperienza che è al di là e al di sopra di tutte le creazioni della mente. Non chiediamoci se la mente può essere libera dal condizionamento, dagli influssi; lo scopriremo progredendo nella conoscenza e nella comprensione di noi stessi. Il pensiero, che è un prodotto, non può comprendere ciò che è privo di causa. I metodi dell'accumulazione sono sottili; l'accumulazione è autoassertiva, è imitazione. Giungere a una conclusione è costruire un muro attorno a se stessi, una protezione in cerca di sicurezza che impedisce la comprensione. L'accumulo delle conclusioni non porta alla saggezza, ma nutre soltanto l'io. Senza questo accumulo non c'è l'io. Una mente gravata da questi accumuli è incapace di seguire il rapido movimento della vita, è incapace di una consapevolezza duttile e profonda.

I.: Dato che siamo esseri imitativi, che cosa possiamo fare?

K.: Essere consapevoli, portando in questo modo alla luce le motivazioni nascoste dell'imitazione, la paura, la brama di sicurezza, di potere e così via. Questa consapevolezza, se è libera dall'identificazione, porta comprensione e pace, che conducono alla realizzazione della suprema saggezza.

I.: Ma questo processo di consapevolezza, di svelamento di sé, non è un'altra forma di acquisizione? Non diventa un altro mezzo acquisitivo di espansione dell'io?

K.: Se l'interlocutore sperimentasse con consapevolezza, scoprirebbe la verità rispetto a questa domanda. La comprensione non è mai cumulativa; la comprensione viene solo quando c'è immobilità, quando c'è attenzione passiva. Non c'è immobilità, non c'è passività quando la mente è avida; l'avidità è sempre inquieta, invidiosa. Come abbiamo

detto, la consapevolezza non è accumulo; l'accumulo si produce mediante l'identificazione e dà continuità all'io attraverso la memoria. Essere consapevoli senza identificazione, senza condanna o giustificazione, è estremamente arduo, perché la nostra risposta si basa sul piacere e il dolore, sulla ricompensa e la punizione. Pochissimi sono consapevoli di questa continua identificazione, se lo fossimo non porremmo queste domande che indicano una non consapevolezza. Come una persona che dorme sogna di doversi svegliare ma non lo fa, perché è soltanto un sogno, così poniamo queste domande senza farne reale esperienza con la consapevolezza.

I.: Si può fare qualcosa per essere consapevoli?

K.: Non siamo nel conflitto, nel dolore? Se lo siamo, perché non ne cerchiamo la causa? La causa è l'io, i suoi tormentosi desideri. Lottare contro questi desideri produce soltanto resistenza, ulteriore dolore, ma se siamo consapevoli dei nostri desideri senza scegliere, allora viene la comprensione creativa. È la verità di questa comprensione che ci libera, non la lotta contro la resistenza all'invidia, alla rabbia, all'orgoglio e così via. La consapevolezza non è un atto di volontà, perché la volontà è resistenza, è lo sforzo fatto dall'io attraverso il desiderio di acquisire, di crescere, in termini positivi o negativi. Siate consapevoli dell'avidità, osservandone passivamente le modalità a tutti i livelli; vedrete che è estremamente arduo, perché il pensiero-sensazione si alimenta attraverso l'identificazione, ed è ciò che impedisce la comprensione del processo di accumulo. Siate consapevoli, iniziate il viaggio di scoperta di voi stessi. Non chiedete che cosa avverrà durante questo viaggio, perché ciò rivela soltanto ansia, paura; segnala il vostro desiderio di sicurezza, di certezza. Questo desiderio di rifugio impedisce la conoscenza di sé, lo svelamento di sé e quindi la comprensione. Siate consapevoli di questa ansia interiore e sperimentatela direttamente; allora scoprite ciò che questa consapevolezza

rivela. Purtroppo, molti vogliono soltanto parlare di questo viaggio senza intraprenderlo.

I.: Che cosa ci attende alla fine del viaggio?

K.: Non è importante che chi pone questa domanda sia consapevole del motivo per cui la pone? Non è a causa della paura dell'ignoto, del desiderio di raggiungere un fine, della garanzia di continuità dell'io? Poiché soffriamo cerchiamo la felicità, essendo impermanenti cerchiamo ciò che è permanente, essendo nelle tenebre cerchiamo la luce. Ma, se fossimo consapevoli di ciò che è, allora la verità della sofferenza, dell'impermanenza, della prigionia libererebbe il pensiero dalla sua stessa ignoranza.

I.: Esiste il pensiero creativo?

K.: È futile speculare su che cosa sia la creatività. Se siamo consapevoli dei nostri condizionamenti, è questa verità che porta l'essere creativi. Speculare sulla creatività è un ostacolo; qualunque speculazione è un ostacolo alla comprensione. Solo quando la mente è semplice, purgata di tutte le astuzie e gli autoinganni, ripulita da tutti gli accumuli, c'è ciò che è reale. La purificazione della mente non è un atto di volontà né il prodotto di una spinta imitativa. La consapevolezza di ciò che è è liberante.

La consapevolezza è la soluzione dei nostri problemi; dobbiamo sperimentare e scoprirne la verità. Sarebbe follia accettare semplicemente; accettare non è comprendere. L'accettazione o la non accettazione è un atto volontario che impedisce la sperimentazione e la comprensione. La comprensione che nasce dalla sperimentazione e dalla conoscenza di sé porta fiducia. Questa fiducia si potrebbe chiamare fede. Non è la fede dello sciocco, non è fede in qualcosa. L'ignoranza può avere fede nella saggezza, il buio nella luce, la crudeltà nell'amore, ma questa fede è sempre ignoranza. La fiducia, o fede, di cui parlo viene attraverso la sperimentazione e la conoscenza di sé, non attraverso l'accettazione e la speranza. La fiducia in se stessi che molti hanno è il risultato dell'ignoranza, degli ottenimenti,

dell'autocelebrazione o delle loro capacità. La fiducia di cui sto parlando è comprensione; non 'io capisco', ma comprendere senza identificazione con l'io. La fiducia o fede in qualcosa, per quanto nobile, produce solo ostinazione, e l'ostinazione è un'altra parola per credulità. L'intelligente ha distrutto la fede cieca; ma, quando si trova in un grave conflitto o nella sofferenza, accetta la fede o diventa cinico. Credere non equivale a essere religiosi; avere fede in qualcosa creato dalla mente non è essere aperti a ciò che è reale. La fiducia viene in essere, non può essere fabbricata dalla mente; la fiducia viene con la sperimentazione e la scoperta; non la sperimentazione attraverso credenze, teorie o ricordi, ma la sperimentazione per mezzo della conoscenza di sé. Questa fiducia, o fede, non deriva dalla volontà e non si identifica con credenze, formule o speranze. Non è il prodotto dell'espansione del desiderio. Nella sperimentazione tramite la consapevolezza c'è uno scoprire che, nel suo comprendere, è liberante. Questa conoscenza di sé attraverso la consapevolezza passiva avviene momento per momento, senza accumulazione; è infinitamente e realmente creativa. Attraverso la consapevolezza viene la vulnerabilità alla verità. Per essere aperti, vulnerabili a ciò che è reale, il pensiero deve cessare di accumulare. Non si tratta, per il pensiero-sensazione, di diventare non avido; che è sempre una forma cumulativa, al negativo, di espansione dell'io; si tratta di essere non avido. Una mente avida è una mente in conflitto; una mente avida ha sempre paura, è sempre invidiosa nella sua crescita e nel suo appagamento. Questa mente cambia continuamente gli oggetti del desiderio e questo cambiamento è considerato crescita. Una mente avida che rinuncia al mondo per cercare la verità, Dio, continua a essere avida; l'avidità è sempre inquieta, cerca sempre crescita, appagamento, e questa incessante attività produce un'intelligenza arrogante, non la capacità di comprendere ciò che è reale.

L'avidità è un problema complesso! Vivere in un mondo avido privi di avidità richiede una profonda comprensione; vivere con semplicità, guadagnarsi onestamente da vivere in un mondo basato sull'aggressività economica e sull'espansione è possibile solo per coloro che scoprono le ricchezze interiori.

Interlocutore: Esiste una tecnica per essere consapevoli?

Krishnamurti: Che cosa implica questa domanda? Cerchiamo un metodo attraverso il quale imparare a essere consapevoli. La consapevolezza non è prodotta dalla pratica, dall'abitudine o dal tempo. Come un dente che fa male deve venire curato immediatamente, anche la sofferenza, se è intensa, chiede urgentemente di essere alleviata. Ma invece fuggiamo o cerchiamo delle spiegazioni; evitiamo il vero problema che è l'io. Dal momento che non affrontiamo il nostro conflitto, la nostra sofferenza, ci convinciamo, per pigrizia, di dover fare uno sforzo per essere consapevoli; e così chiediamo un tecnica che ci faccia diventare consapevoli.

L'osservatore e l'osservato sono un'unica cosa, il pensatore e i pensieri sono un'unica cosa. Sperimentare il pensatore e i pensieri come un'unica cosa è davvero arduo, perché il pensatore si nasconde sempre dietro i propri pensieri; si separa dai suoi stessi pensieri per salvaguardarsi, per darsi continuità, permanenza; modifica o cambia i pensieri, ma il pensatore permane. Inseguire i pensieri come se fossero cose separate, cambiarli, trasformarli, porta all'illusione. Il pensatore è il suo pensiero; il pensatore e i pensieri non sono due processi separati. In genere consideriamo i nostri pensieri come qualcosa di diverso da noi; non siamo consapevoli del pensatore e dei suoi pensieri come di un'unica cosa. Questa è appunto la difficoltà. In fondo, le qualità dell'io non sono separate dall'io; l'io non è qualcosa di diverso dai suoi pensieri, dai suoi attributi. L'io è costruito, assemblato; e, se le parti vengono dissolte, l'io non c'è più. Ma, nella sua

illusione, l'io si separa dalle proprie qualità per proteggersi, per dare a se stesso continuità, permanenza. Si rifugia nelle sue stesse qualità separandosi da esse. L'io afferma di essere questo o quello; l'io, modifica, cambia, trasforma i suoi pensieri, le sue qualità, ma queste modificazioni rafforzano soltanto l'io, le sue mura protettive. Se siete profondamente consapevoli, percepirete che il pensatore e i pensieri sono un'unica cosa; l'osservatore è l'osservato. Sperimentare questa reale integrazione è estremamente difficile e la retta meditazione è la via verso questa integrazione. Il processo aggiuntivo impedisce di sperimentare ciò che è reale. Dove c'è accumulo c'è il divenire dell'io, che è causa di conflitto e dolore. Il desiderio cumulativo di piacere e la fuga dal dolore è un divenire. La consapevolezza non accumula, perché scopre continuamente la verità; e la verità può essere solo se non c'è accumulazione, se non c'è imitazione.

La consapevolezza è osservazione priva di condanna. La consapevolezza porta comprensione, perché non c'è condanna o identificazione, ma osservazione silenziosa. Se voglio comprendere qualcosa devo osservare, è ovvio. Non devo criticare, non devo condannare, non devo inseguirlo perché piacevole o evitarlo perché spiacevole. Deve esserci soltanto l'osservazione silenziosa del fatto. Non c'è uno scopo, ma consapevolezza di ogni cosa nel momento in cui si presenta. Questa osservazione, e la comprensione di questa osservazione, cessano quando c'è condanna, identificazione o giustificazione. La consapevolezza non è miglioramento di sé. Al contrario, è la fine dell'io, con tutte le sue idiosincrasie, ricordi, richieste e obiettivi. Nella consapevolezza non c'è condanna o identificazione; quindi, non c'è miglioramento di sé. C'è un'enorme differenza tra le due cose. Chi vuole migliorare se stesso non può mai essere consapevole, perché il miglioramento implica condanna e il raggiungimento di un risultato. Nella consapevolezza, invece, c'è osservazione senza condanna, senza rifiuto o

accettazione. Questa consapevolezza inizia dalle cose esterne; essere consapevoli, essere in contatto con gli oggetti, con la natura. Prima c'è la consapevolezza delle cose con cui entriamo in contatto: la sensibilità agli oggetti, alla natura, agli altri, che significa rapporto; poi la consapevolezza delle idee. Questa consapevolezza, l'essere sensibili alle cose, alla natura, agli altri e alle idee, non è fatta di processi separati, ma è un processo unitario. È una costante osservazione di tutte le cose, di ogni pensiero, sensazione e azione che nascono dentro di noi. E, poiché la consapevolezza non condanna, non c'è accumulo. Condannate solo quando avete uno standard, che è prodotto dall'accumulo ed è un miglioramento di sé. Consapevolezza è comprendere le attività dell'io, in rapporto alle persone, alle idee e alle cose. Questa consapevolezza è momento per momento, e quindi non si può praticarla. Se praticate qualcosa diventa un'abitudine, e la consapevolezza non è un'abitudine. Una mente abitudinaria è insensibile; una mente che opera nel solco di una particolare azione è ottusa, non duttile; mentre la consapevolezza richiede continua duttilità, prontezza. Non è difficile. È quello che fate tutti quando siete interessati a qualcosa, quando siete interessati ai vostri figli, a vostra moglie, agli alberi, alle piante, agli uccelli. Guardate senza condanna, senza identificazione; in questa osservazione c'è perciò totale comunione, osservatore e osservato sono in totale comunione. E ciò avviene quando siete profondamente interessati a qualcosa. La consapevolezza è un processo di liberazione dall'attività dell'io; è essere quotidianamente consapevoli dei vostri movimenti, dei vostri pensieri, delle vostre azioni; ed essere consapevoli dell'altro, osservarlo. Ma potete farlo solo se amate qualcuno, se siete profondamente interessati a qualcosa; e se voglio conoscere me stesso, l'intero contenuto di me stesso, e non solo uno strato o due, non deve ovviamente esserci condanna. Devo essere aperto a ogni pensiero, a

ogni sensazione, a ogni umore, a ogni volta che reprimo qualcosa; in questo modo c'è una consapevolezza sempre più grande, una sempre più grande libertà da tutti i movimenti nascosti dei pensieri, delle motivazioni e degli scopi. Quindi, la consapevolezza è libertà, porta libertà, dona libertà. Quando fate una profonda esperienza, di qualunque tipo, che cosa accade? Durante questa esperienza, siete consapevoli di fare l'esperienza? Se siete arrabbiati, nell'istante in cui scatta la rabbia, la gelosia o la gioia, siete consapevoli di essere arrabbiati o di essere felici? Solo quando l'esperienza è finita c'è lo sperimentatore e la cosa sperimentata. Solo allora lo sperimentatore osserva la cosa sperimentata, l'oggetto dell'esperienza. Invece, nel momento dell'esperienza, non c'è né lo sperimentatore né la cosa sperimentata; c'è solo l'esperienza. La maggior parte di noi non sperimenta. Siamo sempre al di fuori dello stato dello sperimentare, perciò facciamo domande come: chi è l'osservatore, chi è consapevole. Questa domanda è certamente una domanda sbagliata, non è così? Nel momento in cui c'è lo sperimentare, non c'è né una persona che è consapevole né l'oggetto di cui è consapevole. Non c'è né osservatore né osservato, ma solo lo stato dello sperimentare. Per molti è estremamente difficile vivere nello stato dello sperimentare, perché richiede una straordinaria duttilità, prontezza, un alto grado di sensibilità; ma ciò viene negato quando inseguiamo un risultato, quando vogliamo riuscire, quando abbiamo in vista uno scopo, quando facciamo dei calcoli; tutte cose che producono frustrazione. Ma una persona che non chiede niente, che non insegue uno scopo, che non cerca un risultato, con tutte le sue implicazioni, questa persona è in uno stato di continuo sperimentare. Allora tutto ha un movimento, un significato; niente è vecchio, niente è arido, niente è ripetitivo; perché ciò che è non è mai vecchio. La sfida è sempre nuova. Solo la risposta alla sfida è vecchia; e il vecchio crea altro residuo, che è il

ricordo, l'osservatore che si separa dall'osservato, dalla sfida, dall'esperienza. Potete sperimentarlo da voi in modo molto semplice e facile. La prossima volta in cui sarete arrabbiati, gelosi, avidi, violenti, e così via, osservatevi. In questo stato, 'voi' non ci siete. C'è solo quello stato dell'essere. Ma nel momento, nell'attimo successivo, lo definite, gli date un nome, lo chiamate gelosia, rabbia, avidità. E così avete immediatamente creato l'osservatore e la cosa osservata, lo sperimentatore e la cosa sperimentata. Quando c'è sperimentatore e sperimentato, lo sperimentatore cerca di modificare l'esperienza, di cambiarla, di ricordarne degli aspetti, e così via, alimentando così la divisione tra se stesso e la cosa sperimentata. Ma se non date un nome alla sensazione, il che significa che non state cercando un risultato, che non state condannando, ma che siete silenziosamente consapevoli della sensazione, allora vedrete che in quel sentire, in quello sperimentare, non c'è un osservatore e un osservato; l'osservatore e l'osservato sono un unico fenomeno, e c'è solo lo sperimentare. La consapevolezza è uno stato in cui non c'è condanna, giustificazione o identificazione, e quindi c'è comprensione; e in questo stato di passiva, vigile consapevolezza non c'è né lo sperimentatore né la cosa sperimentata. Ciò di cui sto parlando non è difficile, anche se a livello verbale potrebbe sembrarlo. Ma se osservate, quando siete interessati a qualcosa profondamente e intensamente è proprio questo che accade. Siete immersi così completamente nella cosa che vi interessa che non c'è esclusione, non c'è concentrazione. La consapevolezza è uno stato in cui la verità può venire in essere, la verità di ciò che è, la semplice verità dell'esistenza di tutti i giorni. Solo se comprendiamo la verità dell'esistenza di tutti i giorni possiamo andare oltre. Dobbiamo avvicinarci all'andare oltre; molti invece vogliono saltare, iniziare da lontano senza comprendere ciò che è vicino. Comprendendo ciò che è vicino, scopriremo

che la distanza tra lontano e vicino non esiste. Non c'è distanza, inizio e fine sono un'unica cosa.

Interlocutore: Ho ascoltato quello che ha detto e sento che, per seguire i suoi insegnamenti, devo rinunciare al mondo.

Krishnamurti: Non puoi rinunciare al mondo, come potresti? Che cos'è il mondo? Il mondo è fatto di cose, di rapporti e di idee. Come potresti rinunciare alle cose? Anche se rinunciassi alla tua casa, avresti comunque un riparo. Puoi rinunciare a tua moglie, ma saresti sempre in relazione con qualcuno, con il lattaio o con la persona che ti porta da mangiare. E non puoi rinunciare a una fede, non è vero? Ti auguro di poterlo fare. Per incominciare, se devi rinunciare a qualcosa rinuncia alle valutazioni errate che hai dato a tutto. Le valutazioni errate sono rovinose ed è da queste valutazioni errate, che creano sofferenza, che vuoi fuggire. Non vogliamo capire che diamo valutazioni sbagliate. Vogliamo sottrarci agli effetti delle nostre valutazioni sbagliate, ma se comprendiamo il mondo (che è idee, rapporti, cose, e il loro vero significato) non siamo in conflitto con il mondo. Non possiamo ritirarci dal mondo; ritirarsi significa vivere nell'isolamento e non possiamo vivere nell'isolamento. Possiamo vivere in isolamento solo in manicomio, ma non rinunciando al mondo. Possiamo vivere felici nel mondo solo se non siamo del mondo, il che significa non dare valutazioni sbagliate alle cose del mondo. Ma ciò può avvenire solo quando comprendiamo noi stessi, perché siamo noi che diamo valutazioni sbagliate. È come uno stupido che volesse rinunciare alla propria stupidità. Continuerà a essere stupido; cerca di diventare intelligente, ma rimane stupido. Ma se comprende che cos'è la stupidità, ovvero se stesso, salirà certamente a grandi altezze. Allora avrebbe la saggezza. Non è rinunciando che si trova la realtà. Rinunciare significa rifugiarsi nell'illusione; non scopriamo ciò che è vero. Ciò che ho detto è che dobbiamo dare il giusto valore alle cose, ai rapporti e alle idee, e non

fuggire dal mondo. È relativamente facile chiudersi nell'isolamento, ma è estremamente difficile essere consapevoli e dare il giusto valore. Le cose non hanno un valore in se stesse. Una casa non ha un valore in se stessa, ha il valore che noi le diamo. Se psicologicamente siamo vuoti, insufficienti in noi stessi, la casa diventa molto importante; ci identifichiamo con la casa e sorge il problema dell'attaccamento e della rinuncia. È davvero stupido; se comprendiamo la nostra natura interiore, la nostra pochezza interiore, allora il problema ha davvero scarso significato. Tutto assume uno straordinario significato se cerchiamo di usarlo per nascondere il nostro senso di solitudine. Lo stesso vale per i rapporti, le idee, la fede. La ricchezza è solo nella comprensione del valore di ciò che è, e non nel rifugiarsi nell'isolamento. Non importa quello che dicono i libri. Il pensatore è separato dal suo pensiero? Se è separato, i problemi continueranno; se non lo è, può essere libero dalla causa di tutti i problemi. Se il pensatore è separato dai suoi pensieri, in che modo diventa separato? Togliete le qualità del pensatore, togliete i pensieri; dov'è il pensatore? Il pensatore non c'è più. Togliete le qualità dell'io, ovvero la memoria, l'ambizione e così via; dov'è l'io? Se diciamo che l'io non è il pensatore, bensì un'altra entità oltre il pensatore, è sempre il pensatore, che abbiamo semplicemente spinto un pò più indietro. Perché il pensatore si è separato dai suoi pensieri? Il pensatore non può esistere senza il pensiero, perché se non c'è il pensiero non c'è il pensatore. Il pensatore si è separato dal pensiero per il semplice motivo che il pensiero si può trasformare, modificare; perciò, per dare permanenza a se stesso, il pensatore si separa dal pensiero e così assegna permanenza a se stesso. Essendo transitorio, mutevole, il pensiero può venire alterato, ma il pensatore che crea il pensiero pretende di essere permanente. È l'entità permanente, mentre il pensiero è mutevole: può essere cambiato a seconda delle circostanze, in dipendenza

degli influssi ambientali, ma il pensatore rimarrebbe. Il pensatore è il pensiero e, se il pensiero finisce, il pensatore non c'è più; questo è certo, anche se i libri dicono un'altra cosa. Provate a pensarci per la prima volta da soli. Mettete via i libri, dimenticate le autorità e guardate direttamente il problema. Senza il pensiero, il pensatore non c'è; il pensatore crea il pensiero e si separa da esso per proteggersi; e in questo modo assegna a se stesso stabilità, certezza e continuità. Ora, come viene in essere il pensatore? Ovviamente attraverso il desiderio. Il desiderio è il risultato della percezione, del contatto, della sensazione, dell'identificazione e del 'me'. La percezione di un'automobile, il contatto, la sensazione, il desiderio, l'identificazione e 'mi piace', 'la voglio'. Quindi io sono il prodotto, il pensatore è il prodotto del desiderio e, dopo avere creato l'io, l'io si separa dal pensiero perché in questo modo può trasformare il pensiero rimanendo permanente. Finché il pensatore sarà separato dal suo pensiero ci saranno problemi, uno dopo l'altro, problemi innumerevoli; ma se non c'è separazione, se il pensatore è il pensiero, che cosa accade? Che lo stesso pensatore subisce una trasformazione, una trasformazione radicale, fondamentale; e questa, come ho già detto, è la meditazione. È conoscenza di sé, è quello che ho detto riguardo al pensatore: come si separa dal pensiero e come il pensatore viene in essere. Potete verificarlo da soli. Non dovete leggere un testo sacro per scoprine la verità. Questo è l'inizio della conoscenza di sé e di qui nasce la meditazione. La meditazione è la fine del pensiero, del pensatore, attraverso il non dare significato al pensatore, non dare continuità al pensatore. Il pensatore disciplina il proprio pensiero, se ne separa per darsi continuità attraverso i possessi, la famiglia, le idee; e, finché ci sarà il pensatore, ci saranno i problemi. Quando il pensatore smette di pensare inizia la meditazione. La meditazione è conoscenza di sé e senza conoscenza di sé non c'è meditazione. Scoprirete che se entrate nell'intera

questione della conoscenza di sé, che è l'inizio della saggezza, ma non attraverso una pratica, perché la pratica è soltanto resistenza, potrete andare sempre più a fondo iniziando dal centro, che è il desiderio di creare l'io; e quando l'io continua nell'Atman o nel sé superiore, è sempre il pensatore che spinge ancora più in là la sua permanenza. Finché non sarete consapevoli di tutto questo processo, il problema non avrà fine. Ma, se ne diventate consapevoli, scoprirete che il tempo è finito, il tempo in quanto ricordo del passato e in quanto futuro, e che c'è l'immediato presente, l'eterno, e solo qui è la realtà.

Nei vari discorsi che ha tenuto, chi vi parla ha usato la parola 'insight'. Significa vedere a fondo le cose, vedere a fondo l'intero movimento del pensiero, l'intero movimento ad esempio della gelosia, percepire la natura dell'avidità, vedere l'intero contenuto della sofferenza. Non si tratta di analisi, né di esercitare le facoltà intellettuali, e non è neppure il prodotto della conoscenza; essendo la conoscenza ciò che è stato accumulato attraverso le esperienze passate, immagazzinato nel cervello. La conoscenza va sempre assieme all'ignoranza; non esiste una conoscenza totale, perciò c'è sempre conoscenza e ignoranza, come due cavalli impastoiati assieme. Quindi, che cos'è l'insight? Se l'osservazione non si basa sulla conoscenza, sulla capacità di ragionare o sull'analisi, che cos'è? Questa è la domanda. È intuizione? La parola 'intuizione' è una parola infida, perché in realtà l'intuizione può essere il prodotto del desiderio. Proviamo desiderio per qualcosa e qualche giorno dopo abbiamo un'intuizione al riguardo. Pensiamo che questa intuizione sia straordinariamente importante. Ma, se la esaminiamo a fondo, possiamo scoprire che si fonda sul desiderio, sulla paura o su varie forme di piacere. Quindi è una parola discutibile, soprattutto se usata da persone romantiche, sentimentali, ricche di immaginazione, che sono in cerca di qualcosa. Avranno sicuramente delle intuizioni, ma saranno

basate su qualche ovvio desiderio illusorio. Quindi, accantoniamo per il momento la parola 'intuizione'. Spero di non ferire nessuno a cui piacciono le intuizioni. Se non è questo, che cos'è l'insight? Percepire immediatamente qualcosa che deve essere vero, logico, sano, razionale. Capite? E questo insight deve agire istantaneamente. Non si può avere un insight e non fare niente. Vorrei spiegare meglio il pensiero. Il pensiero è la risposta della memoria. La memoria è il residuo dell'esperienza, immagazzinato nel cervello. Ed è la memoria che risponde. "Dove abiti?", e voi rispondete. "Come ti chiami?", e c'è un'immediata risposta. E così via. Il pensiero è il risultato, o la risposta, delle esperienze, delle conoscenze accumulate come ricordi. È semplicissimo. Il pensiero fondato sulla conoscenza è limitato, perché la conoscenza è limitata. Quindi, il pensiero non può mai comprendere tutto. È sempre parziale, limitato, basato sulla conoscenza e l'ignoranza. Perciò è sempre ristretto, circoscritto. Avere un insight su tutto ciò implica un'azione che non è la mera ripetizione del pensiero. Avere un insight significa osservare senza la memoria, senza i ricordi, senza argomentazioni pro o contro; vedere semplicemente l'intero movimento. E, da questo insight, agire. Questa azione è logica, sana, salutare. Se avete un insight e fate l'opposto, non è un insight. Mi state seguendo? Scusate se sono così enfatico, è il mio modo di fare. Ad esempio, avere un insight riguardo alle ferite, ai colpi ricevuti sin dall'infanzia. Tutti veniamo feriti per varie ragioni; dall'infanzia fino al momento della morte c'è in noi questa ferita psicologica. È possibile un insight sull'intera natura e struttura di questa ferita? Capite? Non siete forse feriti, lesi psicologicamente? Giocate con me a questo gioco, la palla è a voi. Ovviamente siete feriti. Potete andare dallo psicologo, dall'analista, dallo psicoterapeuta che andranno all'origine della vostra ferita; nella vostra infanzia vostra madre era così, vostro padre era così, eccetera eccetera. Cercare la causa non è risolvere la

ferita. La ferita è lì. E le conseguenze sono isolamento, paura e resistenza, la chiusura in noi stessi perché non vogliamo più essere feriti. Lo sapete tutti. Questo è l'intero movimento del venire feriti. La ferita riguarda l'immagine che voi avete creato di voi stessi. Giusto? Finché rimane questa immagine, vi sentirete feriti. È ovvio. Se c'è un insight su tutto questo, senza analisi ma vedendolo immediatamente, attraverso la percezione stessa di questo insight, che richiede tutta la vostra attenzione e la vostra energia, la ferita scompare. Quando è scomparsa, non ci sono altre ferite. Posso chiedervi educatamente se, ascoltando queste parole, avete avuto un insight che dissolve completamente la vostra ferita, senza lasciare tracce e quindi altre ferite, in modo che nessuno vi possa più ferire? Infatti, l'immagine che avete creato di voi stessi non esiste. Mi state seguendo? Lo state facendo? O state semplicemente prestando attenzione alle parole?

Interlocutore: Non capisco che cosa intende dicendo che noi abbiamo creato questa ferita.

Krishnamurti: Per prima cosa, chi è ferito? Che cosa si intende con ferita? Che cosa intendi con venire ferito? Dici: "Sono ferito", che tu ne sia consciamente consapevole o no. Siamo feriti, ma che cos'è che viene ferito? Capite la mia domanda? Che cos'è che viene ferito? Rispondiamo: "Io". Che cos'è questo 'io'? È l'immagine che abbiamo di noi stessi. Se ho un'immagine di me stesso, una persona meravigliosa, spirituale e bla bla bla, e arrivate voi e dite: "No, sei un asino", mi sento ferito. Il pensiero ha creato un'immagine di se stesso e questa immagine paragona continuamente. Quindi, finché abbiamo questa immagine di noi stessi saremo calpestati da qualcuno, e questo causa dolore psicologico, ferite. Se avete un insight su tutto ciò, potete vederne l'intero movimento, la causa, l'immagine; e questa stessa percezione mette fine all'immagine.

Quando un meccanismo gira velocissimo, ad esempio un ventilatore con le sue pale, le varie parti non sono visibili,

ma appaiono come un tutto unico. Allo stesso modo l'io, il 'me', sembra un'entità unica; ma, se rallentiamo le sue attività, vedremo che non è un'entità unica, bensì composta da molti desideri e scopi separati e conflittuali. Tutti questi desideri e speranze separate, paure e gioie, creano l'io. L'io è una parola che indica il desiderio nelle sue varie forme. Per comprendere l'io deve esserci consapevolezza dell'avidità nei suoi molteplici aspetti. La consapevolezza passiva, il discernimento privo di scelta rivela le attività dell'io, portando libertà dalla schiavitù. Allora, quando la mente è tranquilla e libera dalle sue attività e dal suo chiacchiericcio, c'è la suprema saggezza. Il problema è quindi come liberare il pensiero dall'accumulo delle esperienze, dei ricordi. Come può questo io cessare di essere? L'esperienza vera e profonda avviene solo quando l'attività dell'accumulazione è cessata. Vediamo che, se non c'è esperienza della verità, nessuno dei nostri problemi può risolversi, sociali, religiosi o personali. Il conflitto non può giungere a fine ridefinendo semplicemente i confini, riorganizzando l'economia o imponendo una nuova ideologia; per secoli abbiamo tentato queste soluzioni, ma il conflitto e la sofferenza sono continuati. Finché non c'è una comprensione di ciò che è reale, potare semplicemente i rami della nostra attività di autoespansione serve a poco, perché il problema centrale rimane irrisolto. Finché non scopriamo la verità, non c'è via d'uscita dalle nostre sofferenze e dai nostri problemi. La soluzione è l'esperienza diretta della verità quando la mente è silenziosa, nella tranquillità della consapevolezza, nell'apertura della ricettività. Abbiamo spesso esperienze religiose, a volte vaghe e a volte più definite; esperienze di intensa devozione o gioia, di profonda vulnerabilità, di fugace unità con tutte le cose, e cerchiamo di utilizzare queste esperienze per affrontare difficoltà e sofferenze. Queste esperienze sono numerose, ma il pensiero, imprigionato nel tempo, nell'agitazione e nel dolore, tenta di usarle come stimoli per

superare i conflitti. Diciamo che Dio o la verità ci aiuterà nelle difficoltà, ma queste esperienze non risolvono di fatto la nostra sofferenza e la nostra confusione. Questi momenti di profonda esperienza vengono quando il pensiero non è attivo nell'autoprotezione attraverso i ricordi; sono esperienze indipendenti dai nostri sforzi e, se cerchiamo di usarle come stimoli per trovare più forza nelle nostre lotte, non fanno che favorire l'espansione dell'io e della sua peculiare intelligenza. E così ritorniamo alla nostra domanda: come può finire questa intelligenza dell'io, coltivata con tanta diligenza? Può finire solo attraverso la consapevolezza passiva. La consapevolezza è momento per momento; non è l'effetto cumulativo dei ricordi che servono a proteggere l'io. La consapevolezza non è decisione, non è l'azione della volontà. La consapevolezza è priva di razionalizzazione, priva della divisione tra osservatore e osservato. Poiché la consapevolezza non è cumulativa, e non ha residui, non costruisce l'io, in termini positivi o negativi. La consapevolezza è sempre nel presente e quindi non è identificata e non è ripetitiva; non crea abitudine. Prendete ad esempio l'abitudine di fumare e sperimentatela con consapevolezza. Siate consapevoli che state fumando, senza condannare, razionalizzare o accettare; semplicemente essere consapevoli. Se ne siete consapevoli c'è la cessazione dell'abitudine; se ne siete consapevoli non si ripeterà, ma se non ne siete consapevoli l'abitudine continuerà. La consapevolezza non è la decisione di smettere o di continuare. Essere consapevoli. C'è una fondamentale differenza tra essere e divenire. Per diventare consapevoli fate uno sforzo, e lo sforzo implica resistenza e tempo, e conduce al conflitto. Se siete consapevoli nel momento non c'è sforzo, non c'è continuazione dell'intelligenza con cui l'io si protegge. O siete consapevoli o non lo siete; il desiderio di essere consapevoli è soltanto l'attività del dormiente, del sognatore. La consapevolezza rivela il problema totalmente,

pienamente, senza rifiuto o accettazione, giustificazione o identificazione, ed è la libertà che accelera la comprensione. La consapevolezza è un processo unitario di osservatore e osservato. È la mente meschina che si crea problemi da sola; e attraverso la consapevolezza della causa dei problemi, l'io, i problemi sono dissolti. Essere consapevoli di questa ristrettezza e dei suoi vari effetti implica una profonda comprensione a tutti i vari livelli di coscienza: la meschinità riguardo alle cose, nei rapporti, nelle idee. Se siamo coscienti di essere meschini, violenti o invidiosi, ci sforziamo di non esserlo; lo condanniamo, perché vogliamo essere qualcos'altro. Questo atteggiamento di condanna mette fine alla comprensione di ciò che è e del suo processo. Il desiderio di mettere fine all'avidità è un'altra forma di affermazione dell'io, ed è quindi causa di infinito conflitto e dolore. Solo attraverso la consapevolezza può esserci la cessazione della causa del conflitto. Siate consapevoli di tutte le abitudini e le attività del pensiero, e così comprenderete il processo di razionalizzazione, o di condanna, che impedisce la comprensione. Attraverso la consapevolezza, attraverso la lettura del libro dell'abitudine pagina dopo pagina, viene la conoscenza di sé. È la verità che libera, non i vostri sforzi per essere liberi.

4 - Libertà

Libertà

La libertà non significa forse non dover seguire nessuno? Dovete essere liberi di indagare, di non accettare, di non dipendere da una guida, da un sistema, da un salvatore, da un guru. La libertà implica poter indagare, non attraverso quello che dicono gli altri, ma indagare da voi, investigare, esaminare l'intera struttura della mente umana: la nostra mente, la vostra mente. Qualunque forma di conformismo, di imitazione di un modello, di uno stampo, non consente la

libera ricerca. E ciò di cui parleremo richiede la libertà di ascoltare, non solo le parole ma il significato delle parole; non essere schiavi delle parole, non accettare ciò che dice chi parla né rifiutarlo, ma ascoltare per scoprire. Scoprire da voi, non secondo qualche interpretazione, non secondo le parole di un altro, ma scoprire da voi la verità o la falsità di quanto viene detto. Libertà non è fare ciò che si vuole. Questa non è affatto libertà. Penso che probabilmente proprio questa libertà abbia creato grande sofferenza nel mondo: tutti fanno ciò che vogliono. È sempre più dilagante in questo Paese in cui non c'è tradizione, non c'è disciplina; uso la parola 'disciplina' in un'accezione completamente diversa, che adesso esamineremo. La libertà non implica la scelta. Pensiamo di essere liberi solo se possiamo scegliere. Non so se avete mai esaminato il problema della scelta. Davanti a voi avete tutto uno spiegamento, i vari maestri, yogi, filosofi, scienziati, psicologi e analisti, che bombardano continuamente la vostra mente, giorno dopo giorno. E tra questo spiegamento scegliete la persona che credete di dover seguire, a cui credete di dover dare ascolto. Scegliete in base al vostro temperamento, in base ai vostri desideri, in base a ciò che vi piace. Vi prego di ascoltare con attenzione, se potete, perché siete proprio di fronte a questo problema quando quelle persone vi dicono: "Segui questo e non seguire quello", "Fai questo" o "Fai quello". Siete di fronte al problema di chi ascoltare e di chi seguire, quel maestro, quella filosofia o quel guru. Non siete liberi, ed è assolutamente necessario essere liberi per scoprire da voi che cos'è vero e che cos'è falso; quello che nessun altro può dirvi, nessun sistema, nessuna filosofia e nessun guru. Quando siete di fronte a questo spiegamento di maestri, filosofi e sistemi venite forzati, perché siete confusi, perché la vita è diventata terribile, dolorosa, incerta; c'è così tanta povertà, minacce di distruzione, violenza, e volete fuggire da tutto ciò; siete costretti a scegliere uno di loro. La vostra scelta si basa ovviamente sulla confusione se seguire,

ascoltare quel maestro, quel guru o quel filosofo, e così iniziate a dipendere da voi stessi, pensando di essere liberi di scegliere. Il terreno della scelta è invariabilmente la confusione. Non siete forse confusi quando scegliete? Non vi sentite incerti quando scegliete una cosa tra tutte le altre? Perciò la vostra scelta è essenzialmente il risultato della confusione.

Credo che per quasi tutti noi sia abbastanza ovvio che ciò che pensiamo è condizionato. Qualunque cosa pensiate, per quanto nobile e ampia oppure limitata e meschina, è condizionata; e se incoraggiate questo pensiero non può esserci libertà del pensiero. Il pensiero stesso è condizionato, perché il pensiero è una reazione della memoria e la memoria è il residuo di tutte le vostre esperienze, che a loro volta sono il risultato del vostro condizionamento. Se comprendiamo che tutto il pensiero, a qualunque livello, è condizionato, vedremo che il pensiero non è il mezzo per aprirci un varco attraverso questa limitazione, il che non significa cadere in un nulla o in un silenzio speculativo. Il fatto reale è che ogni pensiero, ogni sensazione, ogni azione è adattamento, è condizionato, influenzato. Ad esempio, arriva un sant'uomo e attraverso la sua retorica, i gesti, gli sguardi, le citazioni di questo e di quest'altro, esercita un influsso su di voi. Noi vogliamo essere influenzati, abbiamo paura di liberarci da ogni forma di influenza per vedere se possiamo andare in profondità e scoprire se c'è uno stato dell'essere che non è il prodotto delle influenze. Perché siamo influenzati? In politica, lo sapete bene, il lavoro di tutti i politici è quello di influenzarci; ogni libro, ogni insegnante, ogni guru, e più è forte ed eloquente e più ci piace, impone il suo pensiero, il suo stile di vita, il suo modo di comportarsi. Così la vita è una battaglia di idee, una battaglia di influssi, e il campo di questa battaglia è la vostra mente. Il politico vuole la vostra mente, il guru vuole la vostra mente; il santo dice fate questo e non fate quello, e anche lui vuole la vostra mente;

ogni tradizione, ogni abitudine o consuetudine influenza, modella, guida, controlla la vostra mente. Mi pare abbastanza ovvio. Sarebbe assurdo negarlo. Stiamo dicendo che una mente influenzata, modellata, dipendente dall'autorità, per quanto elevati siano i suoi ideali, per quanto sottili o profondi, è sempre condizionata. Credo sia molto importante capire che la mente, attraverso il tempo, attraverso l'esperienza, attraverso le migliaia di ieri, viene modellata, condizionata, e che il pensiero non è la via per liberarsi. Il che non significa che si debba essere irriflessivi; tutto il contrario. Se siete in grado di comprendere profondamente, a fondo, in modo ampio, sottile e globale, solo allora comprenderete quanto il pensiero è meschino, quanto il pensiero è piccolo. Allora il muro del condizionamento crolla. Vediamo il fatto che tutto il pensiero è condizionato? Che sia il pensiero del comunista, del capitalista, dell'induista, del buddhista o di chi vi sta parlando, il pensiero è condizionato. È ovvio che la mente è il prodotto del tempo, il risultato delle reazioni a migliaia di anni e di ieri, di un secondo fa e di dieci anni fa; la mente è il risultato di tutto il periodo in cui avete imparato e avete sofferto, e di tutte le influenze passate e presenti. Questa mente, è ovvio, non può essere libera; eppure è proprio questo che cerchiamo, non è così? Da giovani siamo scontenti, insoddisfatti delle cose così come stanno, della stupidità dei valori tradizionali; poi, crescendo, ricadiamo a poco a poco nei vecchi modelli imposti dalla società e ci perdiamo. È molto difficile conservare la pura scontentezza, la scontentezza che dice: così non va, deve esserci qualcos'altro. Tutti conosciamo questa sensazione, la sensazione di un 'qualcos'altro' che traduciamo presto come Dio o il nirvana; leggiamo dei libri al riguardo e siamo perduti. Ma questo senso di qualcos'altro, l'indagine, la sua ricerca, proprio questo è l'inizio della vera spinta a essere liberi da tutti gli influssi politici, religiosi e tradizionali, per aprirci un varco in questo muro. Ci sono vari tipi di libertà.

C'è la libertà politica; c'è la libertà che dà la conoscenza, il sapere come fare le cose, il know-how, la libertà di una persona ricca che può girare il mondo; la libertà delle capacità, la capacità di scrivere, di esprimersi, di pensare con chiarezza. Poi c'è la libertà da qualcosa: libertà dall'oppressione, libertà dall'invidia, libertà dalla tradizione, dall'ambizione e così via. E c'è la libertà che speriamo di raggiungere alla fine, alla fine di una disciplina, alla fine della coltivazione della virtù, alla fine dello sforzo, la libertà definitiva che speriamo di raggiungere attraverso determinate cose. Quindi, la libertà data dalle capacità, la libertà da qualcosa e la libertà che pensiamo di raggiungere alla fine di una vita virtuosa: queste sono le libertà che conosciamo. Ma queste libertà non sono mere reazioni? Quando dite: "Voglio essere libero dalla rabbia", è una mera reazione, non è libertà dalla rabbia. È la libertà che pensate di ottenere al termine di una vita virtuosa attraverso la lotta, attraverso la disciplina, è anche questa una reazione a ciò che era prima. C'è un senso di libertà che non è libertà da qualcosa, che non ha una causa, che è lo stato dell'essere liberi. La libertà che conosciamo è sempre prodotta dalla volontà, non è così? Voglio essere libero, voglio imparare una tecnica, voglio diventare uno specialista, voglio studiare e ciò mi darà la libertà. Usiamo la volontà come un mezzo per raggiungere la libertà, non è vero? Non voglio essere povero e quindi esercito le mie capacità, la mia volontà, qualunque cosa, per diventare ricco. Oppure sono vanitoso ed esercito la volontà per non essere vanitoso. Pensiamo di raggiungere la libertà attraverso l'esercizio della volontà. Ma la volontà non porta alla libertà. 'Sarò', 'non devo essere', 'lotterò per diventare qualcosa', 'imparerò': sono tutte forme di esercizio della volontà. Che cos'è la volontà e come si forma? Ovviamente, attraverso il desiderio. I nostri svariati desideri, con le loro frustrazioni, compulsioni e appagamenti formano, per così dire, i fili di una corda, di una fune. Questa è la volontà, no?

I vostri molteplici desideri tutti assieme diventano una fune robustissima con cui cercate di dare la scalata al successo, alla libertà. Il desiderio dà la libertà o il desiderio di libertà è la sua stessa negazione? Vi prego, osservatevi; osservate i vostri desideri, le ambizioni, la vostra volontà. Se non avete volontà e vi fate semplicemente trasportare, anche questo fa parte della volontà: la volontà di rinunciare e di seguire la corrente. Con il carico del desiderio, con questa fune, speriamo di arrampicarci fino a Dio, alla beatitudine o a qualunque cosa sia. Perciò vi chiedo: la volontà è un fattore liberante? Oppure la libertà è qualcosa di completamente diverso che non ha niente a che fare con la reazione, che non si può raggiungere attraverso le capacità, il pensiero, le esperienze, la disciplina o il continuo uniformarsi? È questo che dicono tutti i libri, non è vero? Uniformatevi a un certo modello e alla fine sarete liberi; fate in un certo modo, obbedite, e alla fine arriverà la libertà. A mio parere, tutto questo è puro nonsenso, perché la libertà è all'inizio, non alla fine, come vi dimostrerò. È possibile vedere qualcosa di vero, no? Si vede che il cielo è azzurro, migliaia di persone l'hanno detto, ma possiamo vederlo anche da noi. Possiamo vedere da noi, se abbiamo sensibilità, il movimento di una foglia. Sin dall'inizio c'è la capacità di percepire ciò che è vero, istintivamente, non attraverso una qualche forma di compulsione, adattamento o conformismo. Sto cercando di mostrarvi che una mente sensibile, curiosa, una mente che ascolta davvero è in grado di percepire la verità di qualcosa immediatamente. La verità non si può 'applicare'. Se vedete la verità, la verità agisce senza il vostro sforzo conscio, agisce da sé. La scontentezza è l'inizio della libertà; ma se cercate di manipolare questa scontentezza, se accettate l'autorità perché questa scontentezza scompaia, se cercate vie sicure, avete perso il senso originario della reale sensazione. Siamo tutti scontenti, non è vero? Del lavoro, dei rapporti, di quello che facciamo. Vogliamo che avvenga qualcosa, cambiare, superare, andare al di là. Ma non

sapete bene di che cosa si tratta. C'è una ricerca, un continuo interrogarsi, soprattutto quando siamo giovani, aperti, sensibili. Poi, invecchiando, sedimentiamo nelle nostre abitudini, nel lavoro, nella sicurezza della famiglia, nella certezza di nostra moglie. Quella fiamma straordinaria scompare e diventiamo rispettabili, meschini e irriflessivi. La libertà è una qualità della mente. Questa qualità non deriva da un'indagine, da una ricerca giudiziosa e rispettabile, da un'analisi accurata o dal mettere assieme delle idee. Per questo è importante vedere la verità che la libertà che cerchiamo costantemente è sempre libertà da qualcosa, ad esempio libertà dalla sofferenza. Non che non esista la libertà dalla sofferenza, ma il desiderio di esserne liberi è una mera reazione e quindi non può liberare dalla sofferenza. La spinta a essere liberi dalla sofferenza nasce dal dolore. Soffro a causa di mio marito, di mio figlio o di qualunque altra cosa; non mi piace lo stato in cui mi trovo e voglio uscirne. Questo desiderio di libertà è una reazione, non è libertà. È solo un altro stato desiderabile che voglio in opposizione a ciò che è. Chi gira il mondo perché è pieno di soldi non è necessariamente libero, e nemmeno una persona particolarmente intelligente o efficiente, perché il suo desiderio di essere libera è sempre una mera reazione. Non riesco a vedere che la libertà, la liberazione, non si raggiunge, non si acquista e non si trova in quella che è una mera reazione? Per questo devo comprendere la reazione e devo anche comprendere che la libertà non può derivare da nessuno sforzo di volontà. Volontà e libertà sono in contraddizione, così come sono in contraddizione pensiero e libertà. Il pensiero non può dare la libertà, perché il pensiero è condizionato. Economicamente potreste forse creare un mondo in cui gli uomini hanno più comodità, più cibo, abiti e riparo, e potreste pensare che questa è libertà. Sono cose necessarie e indispensabili, ma non costituiscono la totalità della libertà. La libertà è uno stato e una qualità della mente. Ed è questa qualità che stiamo indagando.

Senza questa qualità potete fare tutto quello che volete, coltivare tutte le virtù di questo mondo, ma non avrete mai la libertà. Come nasce questa cosa diversa, questa qualità della mente? Non potete coltivarla, perché nel momento in cui usate il cervello state usando il pensiero, che è limitato. Che sia il pensiero del Buddha o di chiunque altro, il pensiero è sempre limitato. Quindi la nostra ricerca deve essere in termini negativi; dobbiamo arrivare alla libertà obliquamente, non direttamente. Questa libertà non si può cercare aggressivamente e non si può nemmeno coltivare attraverso le negazioni, la disciplina, l'autocontrollo, tormentandosi, con esercizi di vario tipo e tutto il resto. Deve venire senza che lo sappiate, come la virtù. La virtù coltivata non è virtù, la virtù che è vera virtù non è cosciente di sé. Una persona che ha coltivato l'umiltà; che, a causa della sua presunzione, vanità e arroganza si è resa umile; questa persona non ha il vero senso dell'umiltà. L'umiltà è uno stato in cui la mente non è conscia della propria qualità, come un fiore che profuma non è conscio del suo profumo. Questa libertà non si raggiunge attraverso nessuna forma di disciplina, ma non può comprenderla neppure una mente indisciplinata. Utilizzate la disciplina per ottenere un risultato, ma libertà non è un risultato. Se fosse un risultato non sarebbe più libera, perché è stata prodotta da qualcosa. Come può la mente, piena di innumerevoli influssi, compulsioni e varie forme di desideri contradditori, che è il prodotto del tempo, come può questa mente avere la qualità della libertà? Sappiamo che tutte le cose di cui ho parlato non sono libertà. Sono tutte create dalla mente in conseguenza di vari stress, influssi e compulsioni. Se invece approccio il problema in termini negativi, con la consapevolezza che tutto questo non è libertà, allora la mente è disciplinata, ma non disciplinata in vista dell'ottenimento di un risultato. La mente dice: devo disciplinarmi per raggiungere un certo risultato. Ma questa disciplina non porta la libertà. Porta un risultato, perché

avete una motivazione, una causa che produce un effetto, ma questo risultato non è mai la libertà, è solo una reazione. Se inizio a comprendere il funzionamento di questo tipo di disciplina, in questo stesso processo di comprensione, di indagine, di esame, la mia mente si disciplina realmente. Definiamo disciplina l'esercizio della volontà per produrre un risultato, mentre la comprensione dell'intero significato della volontà, della disciplina e di ciò che chiamiamo un risultato, richiede una mente straordinariamente chiara e 'disciplinata', non attraverso la volontà ma attraverso la comprensione in termini negativi. Ho quindi compreso, in termini negativi, tutto ciò che non è libertà. L'ho esaminato, ho esplorato il mio cuore e la mia mente, tutti i recessi del mio essere, per comprendere che cos'è la libertà, e vedo che nessuna delle cose di cui abbiamo parlato è libertà, perché si fondano tutte sul desiderio, sulla compulsione, sulla volontà, su ciò che otterrò alla fine; e che sono tutte reazioni. Vedo di fatto che non sono libertà. Quindi, avendo compreso tutto ciò, la mia mente è aperta a scoprire o a ricevere ciò che è libero. Così, la mente ha una qualità che non è quella di una mente disciplinata alla ricerca di un risultato, e nemmeno quella di una mente indisciplinata che vaga qua e là; ma ha compreso, in termini negativi, sia ciò che è sia ciò che dovrebbe essere, e quindi percepisce, comprende quella libertà che non è libertà da qualcosa, quella libertà che non è un prodotto. L'universo non può entrare in una mente piccola, ciò che non è misurabile non può rivelarsi a una mente che misura. Tutta la nostra indagine consiste quindi nell'aprirci un varco in ciò che è misurabile, il che non significa che devo chiudermi in un ashram, diventare nevrotico, devozionale e tutte queste stupidaggini. L'importante, se posso dire così, è l'insegnamento, non l'insegnante. La persona che sta parlando qui in questo momento non è importante, gettatela via. Importante è ciò che viene detto. La mente che conosce soltanto ciò che è

misurabile, la sua sola estensione, le frontiere, ambizioni, speranze, disperazione, infelicità, sofferenze e gioie; questa mente non può attrarre la libertà. Tutto ciò che può fare è essere consapevole di se stessa e non condannare ciò che vede; non condannare il brutto e afferrarsi al bello, ma vedere ciò che è. La pura percezione di ciò che è, è l'inizio della fine della misurazione della mente, delle sue frontiere e dei suoi schemi; semplicemente vedere le cose così come sono. Allora scoprirete che la mente può arrivare alla libertà involontariamente, senza saperlo. Questa trasformazione della mente è la vera rivoluzione. Tutte le altre rivoluzioni sono reazioni, anche se ricorrono alla parola 'libertà' e promettono un'utopia, il paradiso o qualunque cosa. L'unica vera rivoluzione è nella qualità della mente.

Non sono del tutto sicuro che vogliamo essere completamente liberi. Preferiamo conservare complesse ideologie piacevoli e soddisfacenti, e formule gratificanti. Vorremmo ovviamente essere liberi dalle cose dolorose: brutti ricordi, esperienze sgradevoli, e così via. Tutti diciamo di voler essere liberi, ma penso che, prima di inseguire quel desiderio che le nostre tendenze o le nostre inclinazioni ci mettono davanti, dovremmo comprendere la natura e la struttura della libertà. La libertà è essere liberi da qualcosa, liberi dal dolore, liberi dall'ansia; o la libertà è qualcosa di completamente diverso dalla libertà da qualcosa? Possiamo essere liberi dalla rabbia, forse dalla gelosia, ma la libertà da qualcosa non è una reazione e quindi niente affatto libertà? La libertà non è qualcosa di completamente diverso da qualunque reazione, qualunque inclinazione, qualunque desiderio? Possiamo essere liberi da un dogma molto facilmente, analizzandolo, gettandolo via, ma la motivazione alla libertà da un dogma contiene una reazione, non è così? La motivazione, il desiderio di essere liberi da un dogma può essere il fatto che non è più utile, non più di moda, non più ragionevole, non più

popolare; le condizioni si oppongono a quel dogma e quindi volete esserne liberi. Tutte queste sono semplici reazioni. La reazione contro qualcosa è libertà oppure la libertà è completamente diversa dalla reazione, qualcosa che non si regge su motivazioni, che non dipende da nessuna inclinazione, tendenza o circostanza? Esiste qualcosa come questo tipo di libertà? Può un leader, spirituale o politico, promettere la libertà al termine di qualcosa? E la libertà prodotta dalla disciplina, dal conformismo, dall'accettazione, promessa da un ideale attraverso l'adesione a quell'ideale, può essere libertà? Oppure la libertà è uno stato della mente così intensamente attivo, così vigoroso, che scaglia via qualunque forma di dipendenza, schiavitù, conformismo e accettazione? La mente vuole questa libertà? Questa libertà implica totale solitudine, uno stato della mente che non è dipendente da particolari stimoli, idee o esperienze. Questa libertà significa ovviamente solitudine, essere soli. Può la mente che è stata educata in una cultura così dipendente dall'ambiente, dalle sue stesse tendenze e inclinazioni, trovare quella libertà che è completamente indipendente? Solo in questa solitudine può esserci rapporto con un altro, perché non c'è frizione, non c'è predominio, non c'è dipendenza. Vi prego, dovete comprenderlo; non è solo una conclusione intellettuale da accettare o rifiutare. È questo che ogni individuo chiede e su cui insiste: una libertà in cui non c'è nessuna leadership, nessuna tradizione, nessuna autorità? Altrimenti non è libertà. Altrimenti, dire di essere liberi da qualcosa è una mera reazione che, essendo una reazione, causerà un'altra reazione. Possiamo avere una catena di reazioni e credere che ogni reazione sia libertà, ma questa catena non è libertà: è una continuazione del passato modificato, a cui la mente si afferra. La libertà è completa in se stessa; non è una reazione, non è una conclusione ideologica. La libertà implica la completa solitudine, uno stato interiore della mente che non dipende

da nessuno stimolo, da nessuna conoscenza; non è il risultato di nessuna esperienza o conclusione. Comprendendo la libertà, comprendiamo anche che cosa è implicato nella solitudine. La maggior parte di noi, interiormente, non è mai sola. C'è una differenza tra l'isolamento, l'escludersi, e la solitudine. Sappiamo che cos'è essere isolati, avere costruito un muro attorno a noi stessi, un muro di resistenza, un muro che abbiamo eretto per non essere vulnerabili. Oppure possiamo vivere in una stupida ideologia irreale, priva di qualunque validità. Tutto ciò crea isolamento e nella nostra vita quotidiana, in ufficio, a casa, nei nostri rapporti sessuali, in qualunque attività, è in atto questo processo di isolamento. Questa forma di isolamento, questo vivere nella torre d'avorio di un'ideologia, non ha niente a che fare con la vera solitudine. Lo stato di vera solitudine può esserci solo quando c'è libertà dalle strutture psicologiche della società, che abbiamo creato con le nostre reazioni e di cui facciamo parte. Comprendendo la completa libertà, giungiamo a un senso di completa solitudine. Ritengo che solo una mente che ha compreso questa solitudine possa avere dei rapporti in cui non c'è nessun tipo di conflitto. Ma se creiamo un'immagine di ciò che pensiamo sia la solitudine, se ne facciamo la base per la nostra solitudine e se su questa base cerchiamo di fondare un rapporto, questo rapporto creerà soltanto conflitto. Noi esseri umani che abbiamo vissuto tanto a lungo, che abbiamo accumulato così tante esperienze, siamo entità di seconda mano, senza niente di originale. Siamo contaminati da ogni tipo di tormento, conflitto, obbedienza, accettazione, paura, gelosia e ansia, e quindi non c'è questa qualità della solitudine. Noi esseri umani, così come siamo, siamo soltanto un risultato, un prodotto psicologico. Tutti i nostri rapporti si basano su ciò che è stato o che avrebbe dovuto essere, quindi ogni rapporto è un conflitto, un campo di battaglia. Per comprendere che cosa sia il retto rapporto, dobbiamo

esaminare la natura e la struttura della solitudine, che significa essere completamente soli. Ma la parola stessa crea un'immagine; osservatevi e lo vedrete. Quando usate la parola 'solo', avete già una formula, un'immagine, e cercate di vivere in base a quell'immagine, quella formula. Ma la parola o l'immagine non sono il fatto. Occorre comprendere e vivere ciò che è nella realtà. Comprendere la solitudine, sapere realmente che cosa significa e vivere quello stato, è davvero straordinario, perché la mente è sempre fresca e non dipende dalle inclinazioni o dalle tendenze, non è guidata dalle circostanze. Comprendendo la solitudine iniziate a comprendere la necessità di vivere con voi stessi come siete realmente. Osservandomi scopro che sono geloso, ansioso o invidioso. Lo vedo. Voglio vivere con tutto ciò, perché solo vivendo intimamente qualcosa inizio a comprenderla. Ma vivere con la mia invidia, con la mia ansia, è una delle cose più difficili. Vedo che, nel momento in cui mi abituo, non la sto più vivendo. C'è questo fiume che vedo ogni giorno, ne sento il suono, il fruscio dell'acqua, ma dopo due o tre giorni mi sono abituato e non lo sento più. Può esserci un quadro nella stanza, l'ho guardato tutti i giorni, la bellezza, i colori, le ombreggiature e le sfumature, la sua qualità; poi, dopo averlo guardato per una settimana, non lo vedo più, mi sono abituato. Lo stesso accade con le montagne, le valli, i fiumi, gli alberi, la famiglia, con mia moglie e mio marito. Ma vivere con una cosa viva come la gelosia o l'invidia significa che non posso accettarla, non posso abituarmi; devo darle attenzione così come do attenzione a un piccolo albero appena piantato. Devo proteggerlo dal sole, dal vento. Con l'ansia e l'invidia devo fare la stessa cosa: prendermene cura, non abituarmi, non condannarle. In questo modo inizio ad amarle e a prendermene cura, il che non significa che mi piace essere invidioso o ansioso, ma che mi impegno a guardarle. È come vivere con un serpente nella stanza; a poco a poco inizio a capire il mio stretto rapporto con il serpente e non c'è più

conflitto. Possiamo, voi e io, vivere con ciò che siamo realmente? Se siamo torpidi, invidiosi, impauriti, se pensiamo di avere un enorme affetto quando in realtà non l'abbiamo, se ci facciamo ferire, lusingare o annoiare con facilità, possiamo vivere con queste qualità, senza accettare né rifiutare ma semplicemente osservare, vivere assieme a loro senza diventare morbosi, depressi o esaltati? Allora scoprirete che una delle principali cause della paura è che non vogliamo vivere assieme a ciò che siamo. Abbiamo parlato prima della libertà, poi della solitudine, poi della consapevolezza di ciò che siamo, e di come ciò che siamo è collegato al passato e ha un movimento verso il futuro; di essere consapevoli e vivere con tutto ciò, senza abituarci e senza accettarlo. Se lo comprendiamo non intellettualmente, ma mettendolo realmente in atto, possiamo farci un'altra domanda: questa libertà, questa solitudine, questo stare in diretto contatto con l'intera struttura di ciò che è, va trovato o raggiunto attraverso il tempo? La libertà si raggiunge nel tempo, è un processo graduale? Non sono libero perché sono ansioso, perché ho paura, perché sono questo o quello, ho paura della morte, ho paura degli altri, ho paura di perdere il lavoro, ho paura che mio marito si metta contro di me: tutto ciò che abbiamo costruito nel corso della vita. Non sono libero. Posso sbarazzarmi di tutte queste cose una dopo l'altra, gettarle via, ma questa non è libertà. La libertà si ottiene attraverso il tempo? Ovviamente no, perché nel momento stesso in cui introducete il tempo c'è un processo, vi state rendendo sempre più schiavi. Se cerco di essere libero dalla violenza gradualmente, attraverso la pratica della non violenza, in questa stessa pratica graduale sto seminando i semi della violenza. Quindi è davvero una domanda fondamentale chiederci se la libertà si può raggiungere o se viene in essere attraverso il tempo. La domanda successiva è: possiamo essere consci di questa libertà? Se diciamo: "Sono libero", non siamo liberi. La libertà, la libertà della quale

stiamo parlando, non è qualcosa che deriva dallo sforzo conscio di raggiungerla. È al di là, oltre la sfera della coscienza, e non riguarda il tempo. Il tempo è la coscienza, il tempo è la sofferenza, il tempo è la paura del pensiero. Se dite: "Ho raggiunto la completa libertà", sapete certamente, se siete sinceri con voi stessi, che siete ancora là dove eravate. È come qualcuno che dice: "Sono felice"; nel momento in cui dice: "Sono felice", sta vivendo il ricordo di ciò che è finito. La libertà non appartiene al tempo e la mente deve guardare la vita, che è un ampio movimento, senza il vincolo del tempo.

La libertà esige spazio. Non può esserci libertà interiore se non c'è spazio interiore. La parola 'spazio' è diversa dal fatto, perciò vi suggerisco di non attaccarvi alla parola e di non cadere nel tentativo di analizzarla o definirla. Possiamo farci la domanda 'che cos'è lo spazio?' e rimanere con la domanda, senza cercare di definire la parola, senza cercare di analizzarla, di indagarla, ma vedere che cosa significa in modo non verbale? Libertà e spazio vanno assieme. Per la maggior parte di noi, lo spazio è il vuoto attorno a un oggetto: attorno a una sedia, un edificio, una persona o attorno ai confini della mente. Conosciamo lo spazio solo in virtù dell'oggetto. C'è un oggetto e attorno ad esso c'è quello che chiamiamo spazio. C'è questo tendone e dentro e attorno ad essa c'è spazio. C'è spazio attorno a un albero, a una montagna. Conosciamo soltanto lo spazio all'interno delle quattro pareti di una stanza, all'esterno di un edificio o attorno a un oggetto. Allo stesso modo, conosciamo lo spazio interiore solo dal centro che lo guarda. C'è un centro, l'immagine, se posso usare questa parola, ma anche qui la parola 'immagine' non è il fatto, e attorno a questo centro c'è uno spazio; quindi conosciamo lo spazio solo in virtù dell'oggetto all'interno dello spazio. C'è uno spazio senza un oggetto, senza il centro da cui voi, in quanto esseri umani, state guardando? Lo spazio come lo conosciamo è collegato al disegno, alla struttura; esiste solo nel rapporto

tra una struttura e un'altra struttura, tra un centro e un altro centro. Ora, se lo spazio esiste solo in virtù dell'oggetto, o perché la mente ha un centro da cui guarda, allora lo spazio è limitato e quindi in questo spazio non c'è libertà. Essere in prigione non è libertà. Essere liberi da un certo problema all'interno delle quattro pareti di un rapporto, ovvero all'interno dello spazio limitato della nostra immagine, dei nostri pensieri, attività, idee e conclusioni, non è libertà. Vorrei suggerirvi di nuovo di osservare, attraverso le parole di chi vi parla, lo spazio limitato che avete creato attorno a voi, come esseri umani in rapporto ad altri; come esseri umani che vivono in un mondo di distruzione e di brutalità, come esseri umani in rapporto con una particolare società. Osservate il vostro spazio, guardate com'è limitato. Non intendo le misure della stanza in cui vivete, grande o piccola che sia; non sto parlando di questo. Intendo lo spazio interiore che ognuno ha creato attorno alla propria immagine, attorno a un centro, attorno a una conclusione. Così, l'unico spazio che conosciamo è lo spazio che ha un oggetto al suo centro. Per comprendere la libertà nei rapporti, dobbiamo esaminare la domanda 'che cos'è lo spazio'; perché la mente della maggior parte di noi è piccola, meschina, limitata. Siamo condizionati pesantemente; condizionati dalla religione, dalla società in cui viviamo, dall'educazione, dalla tecnologia; siamo limitati, costretti a uniformarci a un certo modello; e vediamo che non c'è libertà in un'area così circoscritta. Vogliamo libertà, completa libertà, non libertà solo parziale. Vivere in una cella ventiquattro ore al giorno e di tanto in tanto uscire nel cortile della prigione per fare due passi, non è libertà. Come esseri umani che vivono in questa società, con tutta la sua confusione, sofferenza, conflitto e strazio, chiediamo libertà; questa richiesta di libertà è una cosa normale, salutare. Vivendo in una società, vivendo in rapporto con la vostra famiglia, le vostre proprietà, le vostre idee, che cosa significa essere liberi?

Può la mente essere libera se non ha dentro di sé uno spazio illimitato, spazio non creato da un'idea di spazio, non creato da un'immagine con attorno uno spazio limitato di cui è il centro? Come esseri umani, dobbiamo scoprire il rapporto tra la libertà e lo spazio. È molto importante scoprire da soli che cos'è lo spazio, altrimenti saremo sempre in conflitto gli uni con gli altri, in rivolta contro la società. Smettere semplicemente di fumare o diventare un beatnik o Dio sa che cos'altro non ha senso, perché sono tutte forme di rivolta all'interno della prigione. Perciò stiamo cercando di capire se c'è una libertà che non è rivolta, una libertà che non è una creazione immaginaria della mente, ma un fatto. Per scoprirlo, dobbiamo indagare a fondo la questione dello spazio. Una piccola mente meschina da borghese della classe media, o una mente aristocratica, che è anch'essa meschina, può pensare di essere libera; ma non è libera, perché vive sempre entro i limiti del suo stesso spazio, lo spazio limitante creato dall'immagine in cui l'immagine opera. Non potete avere ordine senza libertà e non potete avere libertà senza spazio. Spazio, libertà e ordine: le tre cose vanno assieme, non sono separate. L'ordine è virtù, e la virtù o bontà non può fiorire in una società che è sempre in contraddizione con se stessa. Nemmeno le influenze esterne, le migliorie economiche, le riforme sociali, il progresso tecnologico, andare su Marte e tutto il resto, possono portare ordine. Ciò che porta ordine è indagare la libertà, non un'indagine intellettuale, ma l'effettivo lavoro di abbattere i nostri condizionamenti, i nostri pregiudizi limitanti, le nostre idee ristrette; abbattere l'intera struttura psicologica della società, di cui noi siamo parte. Se non vi aprite un varco in tutto ciò non c'è libertà e quindi non c'è ordine. È come una piccola mente che cerca di comprendere l'immensità del mondo, della vita, della bellezza. Non può. Può immaginare, può scrivere poesie al riguardo, dipingere quadri, ma la realtà è diversa dalla parola, diversa dall'immagine, dal

simbolo. L'ordine può venire solo attraverso la consapevolezza del disordine. Non potete creare ordine, vi prego di vedere questo fatto. Potete soltanto essere consapevoli del disordine, esterno e interno. Una mente in disordine non può creare ordine, perché non sa che cosa significhi. Può solo reagire a ciò che pensa sia disordine creando un modello che chiama 'ordine' e uniformandosi a questo modello. Ma se la mente è cosciente del disordine in cui vive, il che significa essere consapevoli del negativo senza proiettare il cosiddetto positivo, allora l'ordine diventa qualcosa di straordinariamente creativo, commovente, vivo. L'ordine non è un modello da seguire giorno dopo giorno. Seguire un modello stabilito da voi, praticarlo giorno per giorno, è disordine; il disordine dello sforzo, del conflitto, dell'avidità, dell'invidia, dell'ambizione; il disordine di tutti i piccoli, meschini esseri umani che hanno creato l'attuale società e da cui sono stati condizionati. È possibile diventare consapevoli del disordine, consapevoli senza scegliere, senza dire: "Questo è disordine e quello è ordine"? Si può essere consapevoli del disordine senza scegliere? Ciò richiede una straordinaria intelligenza e sensibilità; e in questa consapevolezza senza scelta c'è anche una disciplina che non è mero conformismo. Se esaminiamo l'intera struttura e significato della disciplina, che sia imposta dall'esterno o da se stessi, vediamo che è una forma di conformismo, di adattamento interno o esterno a un modello, a un ricordo, a un'esperienza. E contro la disciplina ci ribelliamo. Ogni mente umana si ribella contro questa stupida forma di conformismo, che sia stabilita da dittatori, preti, santi, dèi o quello che siano. Ma vediamo anche che deve esserci qualche tipo di disciplina nella vita, una disciplina che non è mero conformismo, che non è adattamento a un modello, che non si basa sulla paura e tutto il resto; perché non si può vivere senza disciplina. Dobbiamo scoprire se c'è una disciplina che non è conformismo. Il conformismo distrugge

la libertà, quindi non porta mai alla libertà. Guardate le religioni organizzate di tutto il mondo, i partiti politici. È ovvio che il conformismo distrugge la libertà, non occorre elaborare ulteriormente questo punto. O lo vedete o non lo vedete, sta solo a voi. La disciplina del conformismo, che è creata dalla paura della società e che è parte della struttura psicologica della società, è immorale e disordinata, e ne siamo imprigionati. Può la mente scoprire se c'è un movimento della disciplina che non è il processo di controllare, modellare e uniformarsi? Per scoprirlo dobbiamo essere consapevoli dello straordinario disordine, confusione e sofferenza in cui viviamo; ed esserne consapevoli, non a frammenti ma nella sua totalità, e quindi senza fare scelte, questa è in se stessa disciplina. Se sono pienamente consapevole di quello che faccio, se sono consapevole senza scegliere, ad esempio, del movimento della mia mano, questa consapevolezza è una forma di disciplina in cui non c'è conformismo. Non basta comprenderlo verbalmente, dovete farlo realmente dentro di voi. L'ordine può venire solo attraverso questo senso di consapevolezza in cui non c'è nessuna scelta ed è quindi una consapevolezza totale, una completa sensibilità a ogni movimento del pensiero. Questa totale consapevolezza è in se stessa disciplina priva di conformismo, e da questa totale consapevolezza del disordine viene l'ordine. Non è la mente che ha creato l'ordine. Per avere ordine, che è il fiorire della bontà e della bellezza, deve esserci libertà; e non c'è libertà se non avete spazio. La mente deve scoprire impegnandosi a fondo, e non solo ascoltando alcune parole, che c'è davvero uno spazio senza centro. Quando è stato trovato c'è libertà, c'è ordine, e bontà e bellezza fioriscono nella mente umana. Disciplina, ordine, libertà e spazio non possono esistere senza la comprensione del tempo. È molto interessante indagare la natura del tempo: il tempo dell'orologio; il tempo in quanto ieri, oggi e domani; il tempo in cui lavorate e il tempo in cui dormite. Ma c'è

anche un tempo che non è quello dell'orologio e che è molto più difficile da comprendere. Guardiamo al tempo come a un mezzo per portare ordine. Diciamo: "Dateci ancora qualche anno e saremo migliori, creeremo una generazione nuova, un mondo meraviglioso". Oppure parliamo della creazione di un essere umano diverso, che sarà totalmente comunista, totalmente questo o totalmente quello. Guardiamo al tempo come a un mezzo per portare ordine; ma, se osserviamo, vediamo che il tempo crea soltanto disordine.

Deve esserci uno iato tra il vecchio e qualcosa di nuovo che può venire in essere. Deve esserci uno iato. E questo iato avviene quando vedete l'intero significato del vecchio, il fatto che il vecchio non può mai dare nascita al nuovo. Tutti vogliamo il nuovo perché siamo stanchi, annoiati del vecchio; conosciamo il vecchio e vogliamo il nuovo, ma non sappiamo come spezzare la catena. Ci sono guru, maestri e tutte queste persone assurde che dicono: "Vi insegnerò a spezzare la catena". Ma il loro spezzare la catena è ancora dentro lo schema del pensiero. Dicono: "Fai questo, non fare quello, pratica questo, pensa quello", ma sono sempre imprigionati nel sistema del pensiero. Avere un insight su tutto ciò non richiede tempo. Vedete all'istante l'assurdità di tutta questa struttura religiosa, con tutta l'organizzazione attorno, il papa, i vescovi, l'assurdità di tutto questo. Mi seguite? Persone adulte che giocano con cose da bambini. Se ne avete un insight, tutto questo finisce. Così, vi chiedete: come faccio ad avere un insight? Il che significa che non avete ascoltato realmente. Vi state ancora afferrando alle gonne delle chiese, delle fedi, delle ideologie e dite: "Non posso lasciarle perché ho paura", "Che cosa penseranno gli altri?", "Perderò il lavoro". Non volete ascoltare, questo è il problema. Non si tratta di come giungere a questa percezione, di come avere un insight, ma di ascoltare il pericolo di tutta questa cosa che il pensiero

ha creato. Per avere un insight dovete ascoltare, dovete lasciar andare e ascoltare.

Essere liberi dall'attaccamento non significa il suo opposto: il distacco. Quando siamo attaccati conosciamo il dolore dell'attaccamento, l'ansia che provoca, e diciamo: "Per amor di Dio, devo staccarmi da tutto questo orrore". Così inizia la battaglia del distacco, il conflitto. Se invece osservate, se siete consapevoli del fatto e della parola, la parola 'attaccamento' e la libertà da questa parola, che è la sensazione, allora osservate la sensazione senza nessun giudizio. Osservate. E vedrete, attraverso questa osservazione totale, che avviene un movimento completamente diverso che non è né attaccamento né distacco. Potete essere liberi dall'attaccamento in modo che vi sia una responsabilità che non è dovere? E che cos'è l'amore se non c'è attaccamento? Se siete attaccati a una nazionalità adorate l'isolamento della nazionalità, che è una forma di tribalismo glorificato. Questo attaccamento, che cosa provoca? Divide, non è così? Sono attaccato alla mia nazionalità di indiano, terribilmente attaccato, e voi siete attaccati alla Germania, alla Francia, all'Italia, all'Inghilterra. Siamo divisi, ed ecco le guerre e tutti i problemi che derivano da questo fatto. Se non c'è attaccamento, se non avete attaccamento, che cosa avviene? È amore? L'attaccamento separa. Io sono attaccato alla mia fede, voi siete attaccati alla vostra fede e quindi c'è separazione. Osservatene semplicemente le conseguenze, le implicazioni. Dove c'è attaccamento c'è separazione, e quindi conflitto. Dove c'è conflitto non può esserci amore. Che cos'è il rapporto tra un uomo e una donna? Che cos'è il rapporto con l'altro se c'è libertà dall'attaccamento e da tutte le sue implicazioni? È l'inizio (uso soltanto la parola 'inizio', non saltate troppo in là), è l'inizio della compassione? Capite? Quando non c'è nazionalità e non c'è attaccamento a nessuna fede, a nessuna conclusione, a nessun ideale, allora un essere

umano è un essere umano libero. E il suo rapporto con l'altro nasce dalla libertà, non è così? Dall'amore, dalla compassione. È assolutamente necessario essere liberi per osservare; liberi dai propri pregiudizi, dai propri desideri, dalle proprie paure; da tutto ciò di cui abbiamo parlato a lungo. Può la mente essere completamente senza movimento? Se c'è movimento c'è distorsione. Può la mente essere completamente immobile? È terribilmente difficile, perché arriva immediatamente un pensiero e diciamo: "Devo controllare il pensiero". Il controllore è la cosa controllata; l'abbiamo esaminato tante volte, non ne parlerò di nuovo. Quando vedete che il pensatore è il pensiero, che il controllore è il controllato, l'osservatore è l'osservato, non c'è più movimento. Comprendiamo che la rabbia fa parte dell'osservatore che dice: "Sono arrabbiato", che la rabbia e l'osservatore sono la stessa cosa. È molto chiaro e semplice. Allo stesso modo, il pensatore che vuole controllare il pensiero è sempre il pensiero. Quando lo comprendiamo, il movimento del pensiero si ferma. Quando nella mente non c'è nessun tipo di movimento, la mente è naturalmente ferma, senza sforzo, senza costrizione, senza volontà, senza tutto questo. È naturalmente immobile. Non è un'immobilità costruita, che è meccanica e non è immobilità, ma soltanto un'illusione di immobilità. Allora c'è libertà (la libertà implica tutto ciò che abbiamo detto) e in questa libertà c'è silenzio, che significa assenza di movimento. Allora potete osservare, allora c'è osservazione: solo osservazione, senza un osservatore che osserva. C'è solo osservazione che nasce dal totale silenzio, dalla completa immobilità della mente. Allora, che cosa avviene? Allora c'è l'intervento dell'intelligenza, non è così? Guardate, ve lo dimostro. Abbiamo detto che l'attaccamento implica dolore, ansia, paura e quindi un rafforzamento del possesso. Vedere ciò fa parte dell'intelligenza, giusto? Vedere la natura dell'attaccamento e di tutte le sue implicazioni, averne un insight, è intelligenza. Non sto parlando dell'intelligenza

astuta del pensiero che dice: "Ah, com'è vero!". Se vedete tutte le implicazioni dell'attaccamento, se vedete il pericolo dell'attaccamento, questa percezione è intelligenza. Tutto qui. È tutto qui.